

PENGARUH COPING STRES TERHADAP KESEJAHTERAAN PSIKOLOGIS PADA NARAPIDANA REMAJA

(Studi Eksperimen di Lembaga Pemasyarakatan Klas IIA Tangerang)



Oleh :

**RIMA WINDARTI
1115080003
Psikologi**

SKRIPSI

**Ditulis untuk Memenuhi Sebagian Persyaratan
Dalam Mendapatkan Gelar Sarjana Psikologi**

**FAKULTAS ILMU PENDIDIKAN
UNIVERSITAS NEGERI JAKARTA
2014**

LEMBAR PERNYATAAN KEASLIAN SKRIPSI

Saya yang bertanda tangan di bawah ini, mahasiswa Fakultas Ilmu Pendidikan Universitas Negeri Jakarta:

Nama : Rima Windarti

Nomor Registrasi : 1115080003

Program Studi : Psikologi

Menyatakan bahwa skripsi yang dibuat dengan judul “Pengaruh Coping Stress Terhadap Kesejahteraan Psikologis pada Narapidana Remaja di Lembaga Pemasyarakatan Klas IIA Tangerang”

adalah:

1. Dibuat dan diselesaikan oleh saya sendiri, berdasarkan data yang diperoleh dari hasil penelitian pada bulan Februari sampai dengan bulan Juni 2014.
2. Bukan merupakan duplikasi skripsi/karya inovasi yang pernah dibuat orang lain atau jiplakan karya tulis orang lain dan bukan terjemahan karya tulis orang lain.

Pernyataan ini saya buat dengan sesungguhnya dan saya bersedia menanggung segala akibat yang ditimbulkan jika pernyataan saya ini tidak benar.

Jakarta, 2014

Rima Windarti

HALAMAN PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI SKRIPSI UNTUK KEPENTINGAN AKADEMIS

Sebagai civitas akademik Program Studi Psikologi , saya yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Rima Windarti
NPM : 1115080003
Program Studi : Psikologi
Fakultas : Psikologi
Jenis karya : Skripsi/Tesis/Disertasi

demi pengembangan ilmu pengetahuan, menyetujui untuk memberikan kepada Program Studi Psikologi Fakultas Ilmu Pendidikan Universitas Negeri Jakarta Hak Bebas Royalti Noneksklusif (Non-exclusive Royalty-Free Right) atas karya ilmiah saya yang berjudul :

Pengaruh Coping Stress Terhadap Kesejahteraan Psikologis pada Narapidana Remaja di Lembaga Pemasyarakatan Klas IIA Tangerang.

beserta perangkat yang ada (jika diperlukan). Dengan Hak Bebas Royalti Noneksklusif ini Program Studi Psikologi Fakultas Ilmu Pendidikan Universitas Negeri Jakarta berhak menyimpan, mengalihmedia/formatkan, mengelola dalam bentuk pangkalan data (database), merawat, dan memublikasikan tugas akhir saya selama tetap mencantumkan nama saya sebagai penulis/pencipta dan sebagai pemilik Hak Cipta.

Demikian pernyataan ini saya buat dengan sebenarnya.

Dibuat di :

Pada tanggal :

Yang menyatakan

Rima Windarti

MOTTO DAN PERSEMBAHAN

*“Dan Sampai Dititik Manapun Kita Berlari,
Kita akan Selalu Berjumpa,
Kenangan”*

ABSTRAK

Rima Windarti, pengaruh coping stress terhadap kesejahteraan psikologis pada narapidana di Lembaga Pemasyarakatan Klas IIA Tangerang

Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui pengaruh coping stress dengan kesejahteraan psikologis pada narapidana di Lembaga Pemasyarakatan Klas II A Tangerang. Pengambilan data pada penelitian ini berlangsung Lembaga Pemasyarakatan Klas II A Tangerang pada bulan Mei 2014.

Penelitian ini menggunakan metode kuantitatif cross sectional. Teknik pengambilan sampel dengan *Purposive sampling*. Subjek penelitian berjumlah 61 responden. Pengumpulan data dilakukan dengan menggunakan skala coping stres dan *Ryff's Psychological Well Being Scales*. Analisa data yang digunakan adalah Independent T test.

Berdasarkan hasil analisa data didapatkan bahwa coping stress mempengaruhi kesejahteraan psikologis pada narapidana di Lembaga Pemasyarakatan Klas II A Tangerang dengan nilai 0,073 (7,3%) artinya bahwa coping stres mempengaruhi kesejahteraan psikologis sebanyak 7,3% dan sisanya 92,7% dipengaruhi oleh faktor lain diluar coping stres. Arah variabel tersebut kearah positif. Hal ini menunjukkan bahwa variabel kesejahteraan psikologis searah dengan variabel Coping Stress

Kata kunci : coping stres, kesejahteraan psikologis, remaja LAPAS

ABSTRACT

Rima Windarti, The Effect of Coping Stress to psychological's prosperity of Teenagers Convicted Criminal in Tangerang Klas IIA Penitentiary.

The purpose of this research is to find out the effect of coping stress to psychological's prosperity of teenagers convicted criminal in tangerang penitentiary. The data in this research was taking be held in tangerang klas IIA penitentiary on May 2014.

This research using cross sectional quantitative method. And for the technique of taking sample with purposive sampling. The subject of this research are about 61 respondents. The accumulating of the data is using coping stress scale and Ryff's Psychological Well Being Scales. And for the analyzing of the data is using Independent T test.

Based on the result of the analyzing data obtained that coping stress effected the psychological's prosperity of the convicted in the penitentiary with score 0,073 (7,3%). It means that coping stress effected the psychological's prosperity about 7,3% and the other 92,7% effected by the external besides of coping stress. These variables are heading to the positive tendency. This is indicating that psychological's prosperity variable is correlating with the coping stress variable.

Keyword: coping stress, psychological's prosperity, penitentiary teenagers

KATA PENGANTAR

Puji syukur kepada Allah SWT, yang telah memberikan segala hikmat, nikmat, dan rahmatNya sehingga peneliti dapat menyelesaikan penyusunan skripsi sebagai syarat memperoleh gelar sarjana psikologi (S.Psi). Skripsi ini membahas mengenai Pengaruh Coping Stress Terhadap Kesejahteraan Psikologis pada Narapidana Remaja. Dalam penyusunan skripsi ini, tidak akan selesai tanpa bantuan berbagai pihak yang telah memberikan bantuan dan dukungannya selama proses penyusunan. Oleh karena itu, pada kesempatan ini peneliti ingin menyampaikan rasa terimakasih dan penghargaan yang sebesar-besarnya kepada pihak-pihak yang telah membantu diantaranya:

1. Dr. Sofiah Hartati, M.Pd selaku Dekan Fakultas Ilmu Pendidikan, Dr.Asep Supena, M.Psi selaku Pembantu Dekan Fakultas Pendidikan, serta Prof.Yufiarti, M.Psi selaku ketua jurusan Psikologi.
2. Ibu Iriani Indri Hapsari, M.psi selaku dosen pembimbing yang telah banyak berperan memberikan arahan, waktu, pemikiran, ilmu, dukungan, dan doa kepada peneliti dari awal penelitian hingga terselesaikannya penelitian ini.
3. Bapak Gumgum Gumelar, M.Si selaku sekretaris jurusan Psikologi atas ketersediaannya menandatangani surat izin penelitian.
4. Bapak Herdiyan Maulana, M.Si yang membantu dala *expert judgement* dan memeperkaya ilmu peneliti sebelum melakukan penelitian lapangan.
5. Bapak dan ibu dosen di program studi Psikologi Universitas Negeri Jakarta, yang selama proses perkuliahan telah begitu banyak memberikan ilmu kepada peneliti.

6. Bapak H.Slamet Riyadi & Ibu Hj. Sukarti yang tak pernah lelahnya berjuang dan berdoa untuk kesuksesan peneliti.
7. Saudara Ria Pratiwi, Raka Kristiyadi & Dwi Asanti yang setiap hari selalu memberikan motivasi dan dukungan.
8. Sahabat ku Nani Aprilianti, S.kom, yang setiap detik menyemangati peneliti.
9. Sahabat ABBR yang selalu saling membantu dalam melakukan penelitian.
10. Rekan kerja Lingga I.H, SE yang menggantikan peran kerja selama peneliti melakukan penelitian.
11. Fantastic four, Imanika S.Psi, Yusnia S.Psi, Masyita S.Psi, Venny dan rekan seangkatan 2008 yang memberikan motivasi.
12. Dan untuk “dia” yang selalu ada mendampingi dalam kesulitan, yang selalu bersabar dan membantu peneliti melewati masa-masa penelitian.
13. Dan semua yang sudah membantu peneliti dalam menyelesaikan penelitian ini yang tidak dapat disebutkan satu persatu.

DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL.....	i
LEMBAR PERSETUJUAN PEMBIMBING DAN PENGESAHAN	
PANITIA UJIAN SKRIPSI.....	ii
LEMBAR PERSETUJUAN PANITIA UJIAN SARJANA.....	iii
LEMBAR PERSETUJUAN PUBLIKASI.....	iv
LEMBAR MOTTO DAN PERSEMBAHAN.....	v
ABSTRAK.....	vii
<i>ABSTRACT</i>	viii
KATA PENGANTAR.....	ix
DAFTAR ISI.....	xi
DAFTAR TABEL.....	xiv
DAFTAR GAMBAR.....	xv
DAFTAR LAMPIRAN.....	xv

BAB I. PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang Masalah.....	1
1.2 Identifikasi Masalah.....	7
1.3 Batasan Masalah.....	7
1.4 Rumusan Masalah.....	8
1.5 Tujuan Penelitian.....	8
1.6 Manfaat Penelitian.....	8
1.6.1 Manfaat Teoritis.....	8
1.6.2 Manfaat Praktis.....	8

BAB II. TINJAUAN PUSTAKA

2.1 Kesejahteraan Psikologis.....	10
2.1.1 Definisi Kesejahteraan Psikologis.....	10
2.1.2 Dimensi Kesejahteraan Psikologis.....	11
2.1.3 Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Kesejahteraan Psikologis..	13
2.1.4 Indikator Kesejahteraan Psikologis.....	14
2.1.5 Kriteria Kesejahteraan Psikologis.....	17
2.2 Coping Stress.....	18
2.2.1 Definisi Coping Stress.....	19
2.2.2 Fungsi Coping Stress	21
2.2.3 Metode Coping Stress.....	21
2.2.4 Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Coping Stress.....	22
2.2.5 Aspek-aspek Coping Stress.....	23
2.2.6 Indikator Coping Stress.....	24
2.3 Remaja.....	26
2.3.1 Narapidana Remaja.....	27
2.3.2 Lembaga Pemasyarakatan.....	27

BAB III. METODOLOGI PENELITIAN

3.1 Tipe Penelitian.....	29
3.2 Identifikasi dan Operasionalisasi Variabel Penelitian.....	29
3.2.1 Definisi Konseptual.....	30
3.2.1.1 Definisi Konseptual coping Stress.....	30
3.2.1.2 Definisi Konseptual Kesejahteraan Psikologis.....	30
3.2.2 Definisi Operasional.....	30
3.2.2.1 Definisi Operasional oping Stress.....	30
3.2.2.2 Definisi Operasional Kesejahteraan Psikologis.....	27
3.3 Populasi dan Sampel Penelitian.....	31
3.3.1 Populasi.....	31
3.3.2 Sampel.....	32
3.4 Teknik Pengumpulan Data.....	31
3.4.1 Instrument Coping Stress.....	33
3.4.2 Instrumen Kesejahteraan Psikologis.....	35
3.4.3 Alur Prosedur Pengumpulan Data.....	38
3.5 Pengujian Instrumen.....	39
3.5.1 Pengujian Validitas.....	39
3.5.2 Pengujian Reliabilitas.....	43
3.6 Analisis Data.....	45

3.6.1 Perumusan Hipotesis.....	45
3.6.2 Uji Asumsi.....	46
3.6.2.1 Uji Normalitas.....	46
3.6.3 Penentuan Uji Statistik.....	46

BAB IV. HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

4.1 Gambaran Subyek Penelitian.....	48
4.2 Prosedur Penelitian.....	49
4.2.1 Persiapan Penelitian.....	49
4.2.2 Pelaksanaan Penelitian.....	51
4.3 Hasil Analisis Data Penelitian.....	51
4.3.1 Hasil Uji Asumsi.....	51
4.3.1.1 Hasil Uji Normalitas	53
4.3.1.3 Hasil Uji Korelasi.....	53
4.3.2 Pengujian Hipotesis Penelitian.....	54
4.4 Pembahasan.....	56
4.5 Keterbatasan Penelitian.....	61

BAB V. KESIMPULAN, IMPLIKASI dan SARAN

5.1 Kesimpulan.....	62
5.2 Implikasi.....	62
5.3 Saran.....	63

DAFTAR PUSTAKA.....

65

LAMPIRAN.....

68

DAFTAR RIWAYAT HIDUP.....

90

DAFTAR TABEL

Tabel 3.1 Instrumen Penyebaran Item Coping stress.....	34
Tabel 3.2 Penilaian Skala Likert Coping Stress.....	35
Tabel 3.3 Instrumen Penyebaran item Kesejahteraan Psikologis.....	34
Tabel 3.4 Penilaian Kesejahteraan Psikologis.....	38
Tabel 3.5 Hasil Uji Validitas Item Skala Coping Stress.....	40
Tabel 3.6 Hasil Uji Validitas Item Skala kesejahteraan Psikologis.....	41
Tabel 3.7 Kaidah Reliabilitas oleh Guilford.....	43
Tabel 3.8 Reliabilitas perdimensi Coping Stress.....	43
Tabel 3.9 Reliabilitas perdimensi Kesejahteraan Psikologis.....	44
Tabel 4.1 Jumlah Responden Berdasarkan Jenis Kelamin	48
Tabel 4.2 Jumlah Responden Berdasarkan Usia.....	49
Tabel 4.3 Hasil Uji Normalitas.....	52
Tabel 4.4 Tabel Korelasi Product Moment.....	54
Tabel 4.5 Koefisien dalam Analisis Regresi dengan SPSS versi 16.....	54
Tabel 4.6 Model Summary dalam Analisis Regresi dengan SPSS versi 16..	55

DAFTAR GAMBAR

Gambar 4.1 Diagram Presentase Jumlah Responden	
Berdasarkan Usia	51
Gambar 4.2 plot Normalitas Coping stress.....	53
Gambar 4.3 plot Normalitas Kesejahteraan Psikologis.....	53

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1.....	68
Lampiran 2.....	76
Lampiran 3.....	78
Lampiran 4.....	86

BAB I

PENDAHULUAN

1.1. Latar Belakang Masalah

Remaja merupakan sebuah rentang masa perubahan secara biologis, sosial dan psikologis. Remaja dihadapkan pada sejumlah perubahan terkait dengan pikiran dan perasaan mereka terhadap diri dan hubungan mereka dengan orang lain (Lerner & Galambos, 1998). Bagi banyak remaja, perubahan ini merupakan bagian dari penyesuaian positif untuk meraih otonomi. Namun di sisi lain, masa remaja seringkali menjadi masa untuk bereksperimen dan ikut serta dalam sejumlah aktivitas termasuk perilaku yang berisiko seperti keterlibatan dengan perilaku seksual secara dini, alkohol, penyalahgunaan zat serta perilaku-perilaku kekerasan.

Meningkatnya angka keterlibatan remaja dalam perilaku-perilaku berisiko (kenakalan remaja) meresahkan banyak kalangan, tidak hanya orang tua namun juga masyarakat bahkan negara. Konsekuensi negatif jangka panjang terhadap kesehatan dan kesejahteraan remaja bergantung pada tingkat dan tipe keterlibatan mereka dalam perilaku berisiko (Lerner & Galambos, 1998). Makin awal keterlibatan remaja dalam perilaku-perilaku negatif ini maka proses eksperimentasi akan terus berlanjut dan terjadi dalam sebuah konteks gaya hidup dengan perilaku yang berisiko.

Fenomena keterlibatan anak dalam perilaku yang membawa mereka untuk berurusan dengan hukum makin banyak dijumpai. Hal itu setidaknya dapat disimpulkan dari makin banyaknya jumlah anak didik di Lembaga Pemasyarakatan anak di Indonesia. Data statistik menunjukkan jumlah rata-rata anak didik Lembaga Pemasyarakatan anak (selanjutnya disebut Lembaga Pemasyarakatan anak) di Indonesia dari tahun ke tahun cenderung mengalami peningkatan (www.ditjenpas.go.id). Pada tahun 2005 jumlah

remaja Lembaga Pemasyarakatan adalah 2189 orang, tahun 2006 berjumlah 1719 orang dan tahun 2007 berjumlah 1960 orang.

Pengalaman-pengalaman negatif yang dihadapi oleh anak yang bermasalah dengan hukum akan sangat beragam, mulai dari pengalaman kekerasan yang mereka alami ketika pemrosesan kasus hingga persoalan-persoalan yang harus mereka hadapi setelah masuk ke Lembaga Pemasyarakatan. Sebagai contoh peristiwa yang menimpa anak-anak Tangerang pada tahun 2009 ini bisa menggambarkan bagaimana tidak layaknya perlakuan selama pemrosesan kasus terhadap anak-anak tersebut. Sebanyak 10 anak Tangerang yang biasa bekerja sebagai tukang semir sepatu setelah pulang sekolah, ditangkap oleh aparat kepolisian Polres Metro Bandara Soekarno-Hatta dengan tuduhan melanggar pasal 303 KUHP yakni tentang perjudian. Menurut pengakuan kesepuluh anak tersebut, mereka sedang bermain sejenis permainan tradisional yang oleh masyarakat sekitar diberi nama “macan buram”, permainan tebak-tebakan menggunakan koin. Kadang permainan ini juga menggambarkan hadiah uang bagi yang tebakannya tepat atas gambar koin yang muncul. Inilah alasan polisi untuk menetapkan permainan tersebut sebagai tindak perjudian. Hal yang lebih memprihatinkan adalah cara pemrosesan kasus mereka yang tidak selayaknya dilakukan pada anak-anak. Sepuluh anak tersebut dibawa ke kantor polisi Mapolres Metro Bandara Soekarno-Hatta, diinterogasi dengan penuh bentakan dan kalimat-kalimat yang tidak layak disampaikan kepada seorang anak. Di tengah terik matahari yang sudah mulai tergelincir ke barat, kesepuluh anak dibawa ke lapangan rumput dekat Mapolres, kemudian disuruh berjajar terlentang dengan beralas rumput selama 30 menit (Supeno, 2010).

Menjalani kehidupan di Lembaga Pemasyarakatan menghadapkan remaja pada serangkaian resiko yang mungkin bersifat kronik jangka panjang terkait dengan masa depan hidup mereka selepasnya dari Lembaga Pemasyarakatan. Salah satu risiko yang sering dialami oleh para remaja

tersebut adalah munculnya sindrom pasca trauma. Perilaku kejahatan yang mereka lakukan ternyata merupakan satu sumber stres tersendiri termasuk trauma dengan kekerasan selama pemrosesan kasus sebagaimana uraian di atas. Penelitian yang dilakukan Evans (dkk, 2007) terhadap 105 narapidana remaja di Amerika menunjukkan bahwa mereka mengalami beberapa gejala gangguan pasca trauma yaitu adanya ingatan-ingatan yang mengganggu (46%) dan 38% memiliki pikiran terus menerus terkait dengan perilaku kriminal yang mereka lakukan. Hasil penelitian yang pernah dilakukan peneliti juga menunjukkan hal serupa (Yulia, 2008) tentang adanya rasa penyesalan yang mendalam pada pelaku hingga mereka seringkali memiliki pikiran yang terus menerus tentang kesalahan yang pernah mereka lakukan.

Kondisi kehidupan di Lembaga Pemasyarakatan sebagaimana gambaran di atas menuntut kemampuan para narapidana remaja untuk bisa menyesuaikan diri secara memadai terhadap stres atau tekanan-tekanan yang mereka jumpai dalam kehidupan di Lembaga Pemasyarakatan. Pengalaman kehidupan di Lembaga Pemasyarakatan menurut Whitehead dan Steptoe (2007) merupakan pengalaman kehidupan manusia yang paling penuh dengan tekanan dibandingkan dengan semua kejadian-kejadian hidup negative lainnya. Ini disebabkan adanya kombinasi deprivasi personal dan lingkungan dalam ketidaknyamanan dan juga lingkungan yang tidak jarang menakutkan serta mengkhawatirkan. Lazarus & Folkman mendefinisikan stres sebagai sebuah hubungan antara kejadian-kejadian atau kondisi-kondisi lingkungan dengan penilaian kognitif individu terhadap tingkat dan tipe tantangan, kesulitan, kehilangan maupun ancaman (Grant, dkk, 2006). Dengan banyaknya hal negative yang terjadi dalam proses kelangsungan hidup mereka di Lembaga Pemasyarakatan, akan memunculkan stressor-stresor yang di alami oleh narapidana.

Lazarus berpendapat berbagai kejadian dinilai oleh tiap individu melalui dua langkah yaitu primer dan sekunder. Penilaian primer (*primary appraisal*) merupakan penilaian apakah sebuah situasi atau kejadian

mengandung bahaya, menimbulkan ancaman atau tantangan. Apabila dinilai sebagai situasi yang membahayakan maka akan mengarah pada *potential injury*. Penilaian kondisi sebagai ancaman akan menyebabkan kecemasan atau rasa takut, dan penilaian kondisi sebagai tantangan akan mengarah pada *growth* atau pertumbuhan. Setelah penilaian ini dilakukan, Lazarus mengatakan mereka akan melakukan penilaian sekunder untuk mengevaluasi potensi atau kemampuan mereka apakah mampu untuk menghadapi tekanan atau tidak. Ketika bahaya dan ancaman tinggi sementara tantangan dan sumber daya yang dimiliki rendah maka stres akan cenderung menjadi berat. Bila bahaya dan ancaman rendah dan tantangan serta sumber daya yang dimiliki tinggi maka stres yang dimiliki akan cenderung rendah atau sedang (Larkin, 2005).

Penilaian para Narapidana remaja terhadap kondisi Lembaga Pemasyarakatan yang membuat mereka stress cukup beragam. Stres yang dialami oleh para Narapidana remaja tersebut memiliki dampak yang berbeda terhadap masing-masing Narapidana remaja bergantung pada kemampuan individu dalam mengelola permasalahan mereka. Sejalan dengan teori diathesis stres bahwa stres dipengaruhi oleh diathesis atau predisposisi individu terhadap stres serta penilaian mereka terhadap situasi stres. Karena itu faktor-faktor apa yang menyumbangkan dampak stres secara negative maupun positif dapat dicermati (Ingram & Luxton, tanpa tahun).

Penilaian terhadap kondisi stress dalam psikologi berhubungan dengan konsep *coping*. *Coping* merupakan strategi-strategi sosial, personal dan kontekstual yang digunakan oleh individu dalam menghadapi situasi yang dipersepsikan sebagai kondisi yang menyebabkan stress atau distress psikologis (Mohino, Kirchner, & Forns, 2004). Strategi sosial, personal dan kontekstual ini dapat berbentuk usaha-usaha kognitif maupun behavioral untuk mengatur tuntutan-tuntutan eksternal dan internal yang dinilai mengancam sumber daya individu.

Sejumlah penelitian telah dilakukan untuk mengkaji bentuk-bentuk *Coping* pada narapidana Lembaga Pemasyarakatan. Aday (1994) dengan menggunakan studi kasus telah menemukan penggunaan strategi *Coping* pada narapidana yang terkategori dua, yaitu dengan keterlibatan terhadap aktivitas keagamaan, penyangkalan problem, serta mencari bantuan pada narapidana lain. Sedangkan Thies (2000) menganalisa strategi *Coping* pada Narapidana yang menderita HIV/AIDS dengan menggunakan interview individual dan menyimpulkan adanya penggunaan *Coping* berfokus pada emosi khususnya proses kognitif penyangkalan, atensi selektif dan pengambilan jarak, mobilisasi dukungan serta beberapa strategi *behavioral*. Silawaty & Ramdhan (2008) meneliti tentang peran agama terhadap penyesuaian diri narapidana di Lembaga Pemasyarakatan. Agama memang dapat menjadi salah satu bentuk *coping*, akan tetapi dalam penelitian tersebut hanya memfokuskan pada *coping* dengan agama saja dan tidak meneliti bentuk-bentuk *coping* lain.

Tidak semua remaja memberikan respons yang sama terhadap stres yang dialami. Beberapa anak muda mungkin akan menyerah ketika ia akan mengalami gangguan kecil dalam kehidupannya. Anak muda lainnya mungkin akan termotivasi untuk bekerja lebih keras agar dapat menemukan solusi terhadap masalah pribadi yang dialami. Sementara beberapa anak muda lainnya mungkin berhasil menyesuaikan diri ketika menghadapi situasi yang sangat membebani. Situasi yang menekan dapat diubah menjadi kurang menekan apabila anda mengetahui bagaimana cara mengatasinya (Blonna, 2005; Corbin, *et al.*, 2006; Greenberg, 2006, dalam Santrock, 2002). Dengan kata lain apabila narapidana mampu melakukan coping stress dengan baik, maka akan mendapatkan kondisi kesejahteraan psikologis yang baik pula. Sebaliknya bagi narapidana yang tidak melakukan coping dengan baik maka akan timbul permasalahan baru sebagai dampak dari kesejahteraan psikologisnya yang kurang baik.

Hasil penelitian Holmes dan Rahe (1967), hukuman penjara menempati urutan keempat dalam skala urutan pengalaman hidup yang menimbulkan stress. Data statistik menunjukkan bahwa Lembaga Pemasyarakatan di Indonesia seperti Lembaga Pemasyarakatan lowokwaru di Malang yang mempunyai daya tampung 940 penghuni ternyata dihuni ± 1500 orang, kelebihan kapasitas (*over capacity*) ini beresiko memunculkan masalah-masalah sosial seperti kekerasan, pemerasan, dan suap (Pujileksono, 2012). Beberapa perubahan hidup yang dialami oleh narapidana dapat membawa mereka dalam suatu perasaan ketidaknyamanan fisik dan psikis. Ketidaknyamanan selama menjalani hukuman di Lembaga Pemasyarakatan akan berdampak pada kesejahteraan psikologis narapidana, dalam bentuk seperti sakit, mudah marah, tidak mudah bergaul dengan teman di Lembaga Pemasyarakatan dan lainnya. Hal ini berbeda dengan narapidana yang mampu mengcoping stressnya dengan baik, misalnya dengan melakukan konseling ataupun bertukar pikiran dengan Pembina di Lembaga Pemasyarakatan atau dengan teman satu blok. Hal ini seperti yang dinyatakan salah satu narapidana dalam sesi wawancara.

Respon Narapidana remaja terhadap stress semestinya akan mempengaruhi Kesejahteraan psikologis. Kesejahteraan psikologis merupakan konsep yang berkaitan dengan kriteria kesehatan mental yang positif. Kesejahteraan psikologis ini sangat erat kaitannya dengan kebahagiaan seseorang. Kebahagiaan ini mencakup beberapa hal, seperti: kemampuan untuk mampu merealisasikan potensi dirinya secara kontinu, maupun menerima diri apa adanya, mampu membentuk hubungan yang hangat dengan orang lain, memiliki kemandirian terhadap tekanan sosial, memiliki arti dalam hidup, serta mampu mengontrol lingkungan eksternal (Sugianto, 2000).

Hasil wawancara di Lembaga Pemasyarakatan, peneliti mendapati beberapa Narapidana remaja yang membutuhkan tempat untuk bertukar pikiran maupun bercerita. Dengan bercerita ataupun melakukan konseling,

Narapidana remaja dapat berbagi pengalaman maupun beban yang sedang dihadapi. Narapidana remaja juga tidak selalu bercerita kepada konselor, ataupun Pembina, namun juga dapat berbagi cerita dengan teman di Lembaga Pemasyarakatan. Yang pada intinya dapat saling member masukan atau hal positif, sehingga Narapidana remaja merasa lebih baik secara psikologis. Hal tersebut merupakan salah satu bentuk coping yang dapat mengurangi dampak-dampak stress yang dialami Narapidana remaja. Dengan hal tersebut maka narapidana mampu melakukan coping stress, sehingga dapat memiliki kesejahteraan psikologis yang baik.

Berdasarkan pada uraian di atas penulis tertarik untuk melihat apakah *coping* terhadap stress berpengaruh pada kesejahteraan psikologis dan seberapa besarkah pengaruh coping stress terhadap kesejahteraan psikologis.

1.2 Identifikasi Masalah

Berdasarkan latarbelakang masalah yang telah dijelaskan di atas, maka identifikasi masalah pada penelitian ini adalah:

- a. Bagaimana gambaran kesejahteraan psikologis pada narapidana remaja di lembaga Pemasyarakatan Klas IIA Tangerang?
- b. Bagaimana gambaran coping stress narapidana remaja di Lembaga Pemasyarakatan Klas IIA Tangerang?
- c. Apakah terdapat pengaruh coping stress terhadap kesejahteraan psikologis di Lembaga Pemasyarakatan Klas IIA Tangerang?
- d. Berapa besar pengaruh coping stress yang terhadap kesejahteraan psikologis narapidana remaja di Lembaga Pemasyarakatan Klas IIA Tangerang?

1.3 Pembatasan Masalah

Agar penelitian ini tidak mengalami perluasan masalah, maka dalam penelitian ini perlu diadakan pembatasan masalah. Hal ini dimaksudkan untuk

memperjelas dan lebih terfokus pada masalah yang ingin diteliti. Pada penelitian ini peneliti memfokuskan pembahasan mengenai pengaruh coping stress terhadap kesejahteraan psikologis dan seberapa besar pengaruh tersebut di Lembaga Pemasyarakatan Klas IIA Tangerang.

1.4 Rumusan Masalah

Apakah terdapat pengaruh antara coping stress dengan Kesejahteraan psikologis dan seberapa besar pengaruh antara coping stress dengan Kesejahteraan psikologis pada Narapidana remaja di Lembaga Pemasyarakatan Klas IIA Tangerang?

1.5 Tujuan Penelitian

Tujuan penelitian adalah untuk mengetahui pengaruh antara coping stress dengan Kesejahteraan psikologis pada Narapidana remaja di Lembaga Pemasyarakatan Tangerang dan seberapa besar pengaruh coping stress terhadap kesejahteraan psikologis.

1.6 Manfaat Penelitian

1.6.1 Manfaat Teoritis

Hasil penelitian diharapkan dapat memberikan masukan yang bermanfaat bagi ilmu psikologi khususnya di bidang psikologi perkembangan dan psikologi kepribadian mengenai perkembangan remaja dan yang berkaitan dengan stress dan Kesejahteraan psikologis serta menambah pengetahuan atau referensi untuk bahan penelitian bagi peneliti selanjutnya.

1.6.2 Manfaat Praktis

Hasil penelitian ini diharapkan dapat memperoleh informasi mengenai hubungan antara coping stress dengan Kesejahteraan psikologis pada narapidana remaja dan menjadi bahan masukan bagi pembimbing Lembaga Pemasyarakatan dalam membina Narapidana remaja di dalam Lembaga Pemasyarakatan.

Bagi narapidana, dapat menjadi bahan masukan untuk dapat melakukan coping stress dengan baik, sehingga dapat memiliki kenyamanan secara psikis sebagai dampak dari kesejahteraan psikologis yang baik.

Bagi pemerintah, untuk dapat memfasilitasi Lembaga Pemasyarakatan dalam penanganan stress yang terjadi pada narapidana di dalam Lembaga Pemasyarakatan.

BAB II

TINJAUAN PUSTAKA

Dalam penelitian ini akan membahas mengenai strategi coping stress yang mempengaruhi kesejahteraan psikologis pada narapidana remaja. Adapun hal-hal yang terkait secara teoritis akan dibahas lebih lanjut pada bab ini.

2.1 Kesejahteraan Psikologis

2.1.1 Definisi Kesejahteraan Psikologis

Konsep Ryff (1989) berawal dari adanya keyakinan bahwa kesehatan yang positif tidak sekedar adanya penyakit fisik saja. Kesejahteraan psikologis terdiri dari adanya kebutuhan untuk merasa secara psikologi (*psychological-well*). Kesejahteraan psikologis suatu kondisi seseorang berusaha untuk merasa nyaman dengan diri dan memiliki dimensi-dimensi meliputi penerimaan diri, pertumbuhan pribadi, hubungan positif dengan orang lain, otonomi, memiliki tujuan hidup dan penguasaan lingkungan. Menurut Ryff (1989) gambaran tentang karakteristik orang yang memiliki kesejahteraan psikologi menunjuk pada pandangan Rogers tentang orang yang berfungsi penuh (*fully-functioning person*). Pandangan Maslow tentang aktualisasi diri (*self-actualization*), pandangan Jung tentang individuasi, konsep Allport tentang kematangan. Juga sesuai dengan konsep Erikson dalam menggambarkan individu yang mencapai integrasi dibanding putus asa.

Menurut Dodge, dkk (2012), kesejahteraan psikologis adalah suatu kondisi individu tanpa adanya distress psikologis. Distres merupakan keadaan sakit secara fisik dan psikologis yang merupakan salah satu indikator utama dalam kesehatan mental. Distres psikologis dan

kesejahteraan dapat dipengaruhi oleh masyarakat, lingkungan sekitar, dan ketahanan individu secara mental dalam menghadapi kecemasan dan depresi. Kaitan antara kesejahteraan psikologis dengan depresi atau masalah psikologis lain yaitu pada efek negatif psikis yang dialami individu tersebut akan menghambat perkembangan dirinya dan dapat mengakibatkan timbulnya ketidakberdayaan diri sehingga menerima keadaan apa adanya tanpa ada usaha dari dirinya untuk membuat hidupnya menjadi lebih baik.

Ryff, Magee, Kling & Wling berpendapat bahwa tingkat pendidikan merupakan faktor yang berpengaruh juga terhadap kesejahteraan psikologis individu. Faktor lain yang mempengaruhi kesejahteraan psikologis adalah perbedaan jenis kelamin. Wanita menunjukkan kesejahteraan psikologis yang lebih positif jika dibandingkan dengan laki-laki. Ryff (1989) menunjukkan bahwa pada dimensi “relasi positif”, wanita menunjukkan skor yang lebih tinggi dibandingkan laki-laki.

Berdasarkan penjelasan mengenai kesejahteraan psikologis dari beberapa tokoh maka dalam penelitian ini, kesejahteraan psikologis disimpulkan sebagai suatu kondisi yang ditandai dengan adanya perasaan bahagia, mempunyai kepuasan hidup dan tidak ada gejala-gejala depresi dan menggali potensi diri individu secara keseluruhan. Kondisi tersebut dapat menyebabkan seseorang menjadi pasrah terhadap keadaan yang membuat kesejahteraan psikologis individu menjadi rendah atau berusaha untuk memperbaiki keadaan hidup yang akan membuat kesejahteraan psikologis individu tersebut menjadi tinggi.

2.1.2 Dimensi-Dimensi Kesejahteraan Psikologis

Ryff (1985,1995) meninjau dari dasar teori dalam kesehatan mental positif dan menambahkan dari penelitian tentang perkembangan, klinis, dan psikologi kepribadian menghasilkan enam dimensi dalam kesejahteraan psikologis yaitu:

a. Penerimaan diri (*Self-acceptance*)

Penilaian positif diri, kemampuan untuk menerima seluruh aspek dalam diri, dan kemampuan untuk menerima penilaian positif dan negatif pada suatu kemampuan.

b. Pertumbuhan pribadi (*Personal growth*)

Perasaan mengenai pertumbuhan yang berkesinambungan dalam dirinya, memandang diri sebagai individu yang selalu tumbuh dan berkembang, terbuka terhadap pengalaman-pengalaman baru, memiliki kemampuan dalam menyadari potensi diri yang dimiliki, dapat merasakan peningkatan yang terjadi pada diri dan tingkah lakunya setiap waktu serta dapat berubah menjadi pribadi yang lebih efektif dan memiliki pengetahuan yang bertambah.

c. Hubungan positif dengan orang lain (*positive relations with others*)

Kemampuan individu menjalin hubungan yang baik dengan orang lain di sekitarnya. Individu yang tinggi dalam dimensi ini ditandai dengan mampu membina hubungan yang hangat dan penuh kepercayaan dari orang lain. Selain itu, individu tersebut juga memiliki kepedulian terhadap kesejahteraan orang lain, dapat menunjukkan empati, afeksi, serta memahami prinsip memberi dan menerima dalam hubungan antarpribadi.

d. Otonomi (*autonomy*)

Kemampuan individu untuk bebas namun tetap mampu mengatur hidup dan tingkah lakunya. Individu yang memiliki otonomi yang tinggi ditandai dengan bebas, mampu untuk menentukan nasib sendiri (*self-determination*) dan mengatur perilaku diri sendiri, kemampuan mandiri, tahan terhadap tekanan sosial, mampu mengevaluasi diri sendiri, dan mampu mengambil keputusan tanpa adanya campur tangan orang lain.

e. Penguasaan lingkungan (*environmental mastery*)

Kemampuan individu untuk mengatur lingkungannya, memanfaatkan kesempatan yang ada di lingkungan, menciptakan, dan mengontrol lingkungan sesuai dengan kebutuhan. Individu yang tinggi dalam dimensi

penguasaan lingkungan memiliki keyakinan dan kompetensi dalam mengatur lingkungan.

f. Tujuan hidup (*purpose of life*)

Individu memiliki pemahaman yang jelas akan tujuan dan arah hidupnya, memegang keyakinan bahwa individu mampu mencapai tujuan dalam hidupnya, dan merasa bahwa pengalaman hidup di masa lampau dan masa sekarang memiliki makna.

2.1.3 Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Kesejahteraan Psikologis

Mirowsky & Ross (dalam Ryan & Deci 2001) menjelaskan kondisi yang dapat mempengaruhi kesejahteraan psikologis seseorang adalah : kemampuan ekonomi, pekerjaan, pendidikan, anak, kehidupan masa kecil seseorang, serta kesehatan fisik. Sementara itu Schmutte & Ryff (dalam Ryan & Deci 2001) mempelajari hubungan antara faktor kepribadian dengan kesejahteraan psikologis, hasil penelitian mereka menunjukkan bahwa *extroversion*, *conscienceintiousness* dan *low neuroticism* memiliki hubungan dengan kesejahteraan psikologis, terutama penerimaan diri, penguasaan lingkungan, serta tujuan hidup, keterbukaan terhadap pengalaman berhubungan dengan pertumbuhan pribadi. *Agreeableness* dan *extraversions* berkaitan dengan hubungan positif dengan orang lain dan *low neuroticism* berkaitan dengan kemandirian.

Dijelaskan pula oleh Bhogel & Prakash (dalam Wahyuni, 2001) yang menjelaskan ada beberapa faktor yang mempengaruhi kesejahteraan psikologis yaitu :

1. *Personal control*, yaitu kemampuan seseorang dalam mengontrol segala emosi dan dorongan yang muncul dari dalam diri.
2. *Self Esteem* atau harga diri, yaitu memiliki harga diri yang seimbang.
3. *Positive Affect*, perasaan atau emosi yang positif (kesenangan atau kegembiraan).

4. *Manage Tension*, yaitu kemampuan untuk mengatur ketegangan yang keluar dari dalam diri, misalnya kemarahan atau kebahagiaan, sehingga tidak muncul secara berlebihan.
5. *Positive thinking*, yaitu berfikir positif dalam menghadapi peristiwa, suasana, atau individu baru.
6. *Ide & Feeling* yang efisien, yaitu mengeluarkan ide dan perasaan yang tepat dan sesuai dengan konteks serta tidak berlebihan.

Berdasarkan penjelasan diatas dapat disimpulkan bahwa faktor *internal* yang mempengaruhi kesejahteraan psikologis adalah : kepribadian, kehidupan masa kecil seseorang dan factor-faktor *external* meliputi kemampuan ekonomi, pekerjaan, pendidikan, anak, kesehatan fisik serta lingkungan sosial.

Sedangkan pendapat lain menjelaskan ada enam faktor penting yang mempengaruhi kesejahteraan psikologis pada seseorang, yaitu *Personal control*, *Self Esteem* atau harga diri, *Positive Affect*, *Manage Tension*, *Positive thinking*, dan *Ide & Feeling* yang efisien. namun karena kesejahteraan psikologis ini sifatnya subjektif, maka pencapaian kesejahteraan psikologis antara individu satu dengan yang lainnya berbeda dan beragam.

2.1.4 Indikator Kesejahteraan Psikologis

Indikator yang digunakan untuk mengetahui kesejahteraan psikologis pada tiap individu meliputi :

1. Penerimaan Diri (*Self Acceptance*)

Aspek ini didefinisikan sebagai karakteristik utama dari kesehatan mental dan juga merupakan karakteristik utama dari individu yang mencapai aktualisasi diri, berfungsi secara optimal dan dewasa (Ryff 1989, Ryff & Keyes 1995). Orang yang memiliki penerimaan diri yang baik akan dapat memiliki sifat positif terhadap diri sendiri, mengakui dan menerima berbagai

aspek diri termasuk sifat baik dan buruk, serta memiliki pandangan positif terhadap kehidupan masa lalu. Sedangkan orang yang memiliki penerimaan diri rendah akan merasa tidak puas dengan dirinya sendiri, kecewa dengan apa yang telah terjadi pada masa lalu, merasa terganggu dengan kualitas pribadi, serta mempunyai keinginan yang berbeda dari keadaan dirinya. (Ryff & Keyes 1995, Ryff & Singer 2008).

2. Hubungan Positif dengan Orang lain (*Positif Relations with Others*)

Dimensi hubungan positif dengan orang lain diartikan sebagai kemampuan untuk mencintai dilihat juga sebagai karakteristik utama dari kesehatan mental. Hubungan dengan orang lain yang hangat merupakan salah satu kriteria dari kedewasaan (Ryff 1989, Ryff & Keyes 1995). Individu yang mempunyai tingkatan yang baik pada dimensi hubungan positif dengan orang lain ditandai dengan memiliki hubungan yang hangat, memuaskan dan saling percaya dengan orang lain, memiliki perhatian terhadap kesejahteraan orang lain, dapat menunjukkan rasa empati, rasa sayang dan keintiman, serta memahami konsep memberi dan menerima dalam hubungan sesama manusia. Sedangkan orang yang memiliki tingkatan yang rendah pada dimensi ini mereka memiliki sedikit hubungan dekat dengan orang lain, susah untuk bersikap hangat, terbuka dan perhatian terhadap orang lain. (Ryff & Keyes 1995, Ryff & Singer 2008)

3. Otonomi (*Autonomy*)

Individu yang sudah mencapai aktualisasi diri dideskripsikan sebagai orang yang menampilkan sikap otonomi (autonomy). Individu yang berfungsi secara lengkap ini juga dideskripsikan memiliki internal locus of control dalam mengevaluasi dirinya, maksudnya individu tersebut tidak meminta persetujuan dari orang lain namun mengevaluasi dirinya sendiri dengan standar-standar pribadinya (Ryff 1989, Ryff & Keyes 1995). Individu yang memiliki tingkat otonomi yang baik maka individu tersebut akan mandiri, mampu menolak tekanan sosial untuk berfikir dan berperilaku dengan cara tertentu, mampu mengatur perilaku diri sendiri dan mengevaluasi diri sendiri

dengan standar pribadi. Individu yang memiliki otonomi yang rendah akan terlalu memikirkan tuntutan dan evaluasi orang lain, bergantung kepada orang lain untuk mengambil suatu keputusan serta cenderung untuk bersikap conform terhadap tekanan sosial (Ryff & Keyes 1995, Ryff & Singer 2008).

4. Penguasaan Lingkungan (*Environmental Mastery*)

Merupakan kemampuan individu untuk memilih atau menciptakan suatu lingkungan yang sesuai dengan keinginan dan kebutuhannya, dapat didefinisikan sebagai salah satu karakteristik kesehatan mental. Penguasaan lingkungan yang baik dapat dilihat dari sejauh mana individu dapat mengambil keuntungan dari peluang-peluang yang ada di lingkungan. Individu yang memiliki penguasaan yang baik terhadap lingkungannya ditandai dengan kemampuannya dalam memilih atau menciptakan sebuah lingkungan yang sesuai dengan kebutuhan, nilai-nilai pribadinya dan memanfaatkan secara maksimal sumber-sumber peluang yang ada di lingkungan. Individu juga dapat mengembangkan dirinya secara kreatif melalui aktivitas fisik maupun mental. Sedangkan individu yang memiliki penguasaan lingkungan yang rendah akan mengalami kesulitan mengatur kegiatan sehari-hari, merasa tidak mampu untuk mengubah atau meningkatkan apa yang diluar dirinya serta tidak menyadari peluang yang ada di lingkungan (Ryff & Keyes 1995, Ryff & Singer 2008).

5. Tujuan Hidup (*Purpose of Life*)

Individu memiliki keyakinan bahwa hidup ini bermakna dan hidup ini menuju ke sebuah target tertentu yang selalu berubah merupakan suatu karakteristik kesehatan mental. Individu yang memiliki tujuan hidup yang baik akan memiliki target dan cita-cita dalam hidupnya serta merasa bahwa kehidupan di saat ini dan masa lalu adalah bermakna, individu tersebut juga memegang teguh pada suatu kepercayaan tertentu yang dapat membuat hidupnya lebih berarti. Sedangkan individu yang kurang memiliki tujuan hidup akan kurang memaknai hidupnya, tidak memiliki tujuan dalam hidup, tidak

melihat adanya manfaat dari masa lalu dan kurang memiliki target dan cita-cita (Ryff & Keyes 1995, Ryff & Singer 2008).

6. Pertumbuhan Pribadi (*Personal Growth*)

Individu dalam berfungsi secara optimal secara psikologis harus berkembang, mengembangkan potensi-potensinya, untuk tumbuh dan maju. Pemanfaatan secara optimal seluruh bakat dan kapasitas yang dimiliki oleh individu merupakan hal yang penting dalam psychological well-being. Individu yang terbuka terhadap pengalaman-pengalaman baru berarti individu tersebut akan terus berkembang bukan hanya mencari suatu titik yang diam di mana semua masalah terselesaikan. Individu yang mempunyai pertumbuhan diri yang baik akan memiliki perasaan yang terus berkembang, melihat diri sendiri sebagai sesuatu yang terus berkembang, menyadari potensi-potensi yang dimiliki dan mampu melihat peningkatan dalam diri dan perilakunya dalam waktu-kewaktu. Sedangkan individu yang kurang baik dalam perkembangan dirinya akan mempunyai perasaan bahwa ia adalah seorang yang stagnan, kurang meningkat dalam perilaku dari waktu-kewaktu, merasa bosan dengan hidup dan tidak mampu mengembangkan sikap dan perilaku tertentu (Ryff & Keyes 1995, Ryff & Singer 2008)

2.1.5 Kriteria Kesejahteraan Psikologis

Meninjau kembali teori klasik tentang kesehatan mental dan menambahkan penelitian dari perkembangan, klinis dan psikologi kepribadian. Ryff (1989) menjelaskan ada enam kriteria kesejahteraan yang dinamakan kesejahteraan psikologis:

1. Penerimaan diri
 - a. evaluasi diri yang positif,
 - b. kemampuan menghargai diri sendiri, dan
 - c. kemampuan menerima aspek positif maupun negatif diri sendiri.
2. Hubungan yang positif dengan orang lain

- a. hubungan yang dekat, hangat dengan orang lain,
 - b. memperhatikan kesejahteraan orang lain,
 - c. berempati dan mengasihi orang lain.
3. Kemandirian
- a. kebebasan menentukan pilihan,
 - b. kemampuan bertahan terhadap tekanan sosial,
 - c. kemampuan mengendalikan diri.
4. Penguasaan lingkungan
- a. kemampuan menguasai dan berkompetisi di lingkungan,
 - b. kemampuan memilih hal-hal yang baik untuk mencapai tujuan.
5. Tujuan hidup
- a. memiliki tujuan dan makna hidup,
 - b. memiliki arah dan tujuan dalam hidup.
6. Perkembangan kepribadian
- a. kemampuan membangun dan mengembangkan potensi diri,
 - b. perubahan yang terjadi sebagai bukti pengembangan diri, dan
 - c. keterbukaan pada hal baru.

Dari uraian tersebut dapat disimpulkan bahwa kriteria Kesejahteraan Psikologis diantaranya adalah Penerimaan diri yaitu individu harus mampu menerima dirinya apa adanya, hubungan yang positif dengan orang lain ialah mampu berhubungan baik dengan lingkungan keluarga ataupun lingkungan social serta mampu berempati, kebebasan yaitu mempunyai kemandirian untuk membuat keputusan, penguasaan lingkungan yaitu mampu berkompetisi dengan lingkungan, tujuan hidup yaitu memiliki tujuan dan makna hidup serta memiliki tujuan dalam hidup dan perkembangan kepribadian yaitu kemampuan seseorang dalam mengembangkan potensi diri dan terbuka dengan hal baru.

2.2 Coping Stress

2.2.1 Coping

Individu dari semua umur mengalami stres dan mencoba untuk mengatasinya. Karena ketegangan fisik dan emosional yang menyertai stres menimbulkan ketidaknyaman, seseorang menjadi termotivasi untuk melakukan sesuatu untuk mengurangi stres.

Coping adalah proses dimana seseorang mencoba untuk mengatur perbedaan yang diterima antara *demands* dan *resources* yang dinilai dalam suatu keadaan yang *stressful*. Lazarus & Folkman (1986) mendefinisikan *coping* sebagai segala usaha untuk mengurangi stres, yang merupakan proses pengaturan atau tuntutan (eksternal maupun internal) yang dinilai sebagai beban yang melampaui kemampuan seseorang. Sarafino (2006) menambahkan bahwa *coping* adalah proses dimana individu melakukan usaha untuk mengatur (*management*) situasi yang dipersepsikan adanya kesenjangan antara usaha (*demands*) dan kemampuan (*resources*) yang dinilai sebagai penyebab munculnya situasi stres.

Menurut Sarafino (2006) usaha coping sangat bervariasi dan tidak selalu dapat membawa pada solusi dari suatu masalah yang menimbulkan situasi stres. Individu melakukan proses *coping* terhadap stres melalui proses transaksi dengan lingkungan, secara perilaku dan kognitif.

a. *Problem focus Coping*

Problem focus Coping adalah usaha nyata berupa perilaku individu untuk mengatasi masalah, tekanan dan tantangan, dengan mengubah kesulitan hubungan dengan lingkungan yang memerlukan adaptasi atau dapat disebut pula perubahan eksternal (Lazarus dalam Effendi, 1999). Strategi ini membawa pengaruh pada individu, yaitu perubahan atau penambahan pengetahuan individu tentang masalah yang dihadapinya berikut dampak-dampak dari masalah tersebut, sehingga individu mengetahui masalah dan konsekuensi yang dihadapinya.

Problem focus coping merupakan respon yang berusaha memodifikasi sumber stres dengan menghadapi situasi sebenarnya (Pramadi, 2003). Problem focus coping merupakan coping stress yang orientasi utamanya adalah mencari dan menghadapi pokok permasalahan dengan cara mempelajari strategi atau keterampilan-keterampilan baru dalam rangka mengurangi stresor yang dihadapi dan dirasakan. Lebih lanjut menurut Lazarus (dalam Hapsari, 2002) coping stress yang berpusat pada masalah, individu mengatasi stres dengan mempelajari cara-cara atau keterampilan-keterampilan baru. Individu cenderung menggunakan strategi ini bila dirinya yakin akan dapat mengubah situasi.

b. Emotion focus coping

Emotion focus coping adalah upaya untuk mencari dan memperoleh rasa nyaman dan memperkecil tekanan yang dirasakan, yang diarahkan untuk mengubah faktor dalam diri sendiri dalam cara memandang atau mengartikan situasi lingkungan, yang memerlukan adaptasi yang disebut pula perubahan internal. *Emotion focus coping* berusaha untuk mengurangi, meniadakan tekanan, untuk mengurangi beban pikiran individu, tetapi tidak pada kesulitan yang sebenarnya (Lazarus dalam Effendi, 1999). *Emotion focus coping* lebih sesuai dilakukan oleh subjek yang memiliki usia berkisar antara 17 sampai 20 tahun karena mereka belum mencapai tahap

perkembangan yang matang untuk bisa menggunakan *problem focus coping* (Tanumidjojo, 2004). Menurut Pramadi (2003) *Emotion focus coping* merupakan respon yang mengendalikan penyebab stres yang berhubungan dengan emosi dan usaha memelihara keseimbangan yang efektif. Perilaku coping yang berpusat pada emosi yang digunakan untuk mengatur respon emosional terhadap stres. Sementara *emotion focus coping* menurut Hapsari (2002) merupakan pelarian dari masalah yaitu individu menghindari masalah dengan cara berkhayal atau membayangkan seandainya dia berada pada situasi yang menyenangkan.

2.2.2 Fungsi Coping

Proses *coping* terhadap stres memiliki 2 fungsi utama yang terlihat dari bagaimana gaya menghadapi stres, yaitu :

1. Emotional-Focused Coping

Coping ini bertujuan untuk melakukan kontrol terhadap respon emosional terhadap situasi penyebab stres, baik dalam pendekatan secara behavioral maupun kognitif. Lazarus dan Folkman (1986) mengemukakan bahwa individu cenderung menggunakan *Emotional-Focused Coping* ketika individu memiliki persepsi bahwa stresor yang ada tidak dapat diubah atau diatasi.

2. Problem-Focused Coping,

Coping ini bertujuan untuk mengurangi dampak dari situasi stres atau memperbesar sumber daya dan usaha untuk menghadapi stres. mengemukakan bahwa individu cenderung menggunakan *Problem Focused Coping* ketika individu memiliki persepsi bahwa stressor yang ada dapat diubah

2.2.3 Metode Coping Stress

Lazarus & Folkman (1986) mengidentifikasikan berbagai jenis strategi *coping*, baik secara *problem-focused* maupun *emotion-focused*, antara lain:

1. *Planful problem solving* yaitu usaha untuk mengubah situasi, dan menggunakan usaha untuk memecahkan masalah.
2. *Confrontive coping* yaitu menggunakan usaha agresif untuk mengubah situasi, mencari penyebabnya dan mengalami resiko.
3. *Seeking social support* yaitu menggunakan usaha untuk mencari sumber dukungan informasi, dukungan sosial dan dukungan emosional.
4. *Accepting responsibility* yaitu mengakui adanya peran diri sendiri dalam masalah
5. *Distancing* yaitu menggunakan usaha untuk melepaskan dirinya, perhatian lebih kepada hal yang dapat menciptakan suatu pandangan positif.

6. *Escape-avoidance* yaitu melakukan tingkah laku untuk lepas atau menghindari.
7. *Self-control* yaitu menggunakan usaha untuk mengatur tindakan dan perasaan diri sendiri.
8. *Positive reappraisal* yaitu menggunakan usaha untuk menciptakan hal-hal positif dengan memusatkan pada diri sendiri dan juga menyangkut religiusitas.

2.2.4 Faktor – faktor yang mempengaruhi *Coping*

Faktor-faktor yang mempengaruhi menurut Smet (1994) tersebut adalah:

1. Kesehatan fisik

Kesehatan merupakan hal yang penting, karena selama dalam usaha mengatasi stres individu dituntut untuk mengerahkan tenaga yang cukup besar.

2. Keterampilan memecahkan masalah

Keterampilan ini meliputi kemampuan untuk mencari informasi, menganalisa situasi, mengidentifikasi masalah dengan tujuan untuk menghasilkan alternatif tindakan, kemudian mempertimbangkan alternatif tersebut sehubungan dengan hasil yang ingin dicapai, dan pada akhirnya melaksanakan rencana dengan melakukan suatu tindakan yang tepat.

3. Keyakinan atau pandangan positif

Keyakinan menjadi sumber daya psikologis yang sangat penting, seperti keyakinan akan nasib (*eksternal locus of control*) yang mengarahkan individu pada penilaian ketidakberdayaan (*helplessness*) yang akan menurunkan kemampuan strategi *coping* tipe : *problem-solving focused coping*.

4. Keterampilan sosial

Keterampilan ini meliputi kemampuan untuk berkomunikasi dan bertindak laku dengan cara-cara yang sesuai dengan nilai-nilai sosial yang berlaku di masyarakat.

5. Dukungan sosial

Dukungan ini meliputi dukungan pemenuhan kebutuhan informasi dan emosional pada diri individu yang diberikan oleh orang tua, anggota keluarga lain, saudara, teman, dan lingkungan masyarakat sekitarnya.

6. Materi

Dukungan ini meliputi sumber daya berupa uang, barang-barang atau layanan yang biasanya dapat dibeli.

Dari uraian di atas dapat diketahui bahwa faktor-faktor yang mempengaruhi *coping* adalah kesehatan fisik/energi, keterampilan memecahkan masalah, keyakinan atau pandangan positif, keterampilan sosial dan dukungan sosial dan materi.

2.2.5 Aspek-aspek strategi *coping*

Carver, dkk (1989) menyebutkan aspek-aspek strategi *coping* antara lain:

1. Keaktifan diri, suatu tindakan untuk mencoba menghilangkan penyebab stres atau memperbaiki akibatnya dengan cara langsung.
2. Perencanaan, memikirkan tentang bagaimana mengatasi penyebab stres antara lain dengan membuat strategi untuk bertindak, memikirkan tentang langkah upaya yang perlu diambil dalam menangani suatu masalah.
3. Kontrol diri, individu membatasi keterlibatannya dalam aktifitas kompetisi atau persaingan dan tidak bertindak terburu-buru.
4. Mencari dukungan sosial yang bersifat instrumental, yaitu sebagai nasihat, bantuan atau informasi.
5. Mencari dukungan sosial yang bersifat emosional, yaitu melalui dukungan moral, simpati atau pengertian.

6. Penerimaan, sesuatu yang penuh dengan stres dan keadaan yang memaksanya untuk mengatasi masalah tersebut.
7. Religiusitas, sikap individu menenangkan dan menyelesaikan masalah secara keagamaan.

2.2.6 Indikator Coping Stress

2.2.6.1 Problem Focused Coping

Menurut Lazarus (dalam Aldwin dan Revenson 1987) indikator yang menunjukkan strategi yang berorientasi pada problem focus coping yaitu:

a. *Instrumental action* (tindakan secara langsung). Individu melakukan usaha dan merencanakan langkah-langkah yang mengarah pada penyelesaian masalah secara langsung serta menyusun rencana untuk bertindak dan melaksanakannya.

b. *Cautiousness* (kehati-hatian). Individu berfikir, meninjau, dan mempertimbangkan beberapa alternatif pemecahan masalah, berhati-hati dalam merumuskan masalah, meminta pendapat orang lain dan mengevaluasi strategi yang pernah diterapkan sebelumnya.

c. *Negotiation* Individu melakukan beberapa usaha untuk membicarakan serta mencari cara penyelesaian dengan orang lain yang terlibat di dalamnya dengan harapan masalah dapat terselesaikan. Usaha yang dapat dilakukan untuk mengubah pikiran dan pendapat seseorang, melakukan perundingan atau kompromi untuk mendapatkan sesuatu yang positif dari situasi.

Bentuk-bentuk problem focus coping menurut Lazarus (dalam Effendi, 1999) yaitu preparing focus coping, aggression or attack, avoidance, dan apathy or inaction. Lebih lanjut menurut Aldwin dan Revenson (1987) problem focus coping meliputi tindakan instrumental yaitu tindakan yang ditujukan untuk menyelesaikan masalah secara langsung serta menyusun rencana-rencana yang dilakukan. Sedangkan negosiasi yaitu usaha yang ditujukan kepada orang lain yang terlibat atau menjadi penyebab masalah yang sedang dihadapinya.

Indikator-indikator problem focus coping yang peneliti gunakan adalah dari Lazarus (dalam Aldwin dan Revenson 1987) yaitu *instrumental action*, *cautiousness*, *negotiation*.

2.2.6.2 Emotion Focused Coping

Menurut Lazarus dkk (dalam Aldwin dan Revenson 1987) indikator yang menunjukkan strategi yang berorientasi pada emotion focus coping yaitu:

- a. *Escapism* (Pelarian diri dari masalah). Usaha yang dilakukan individu untuk menghindari masalah dengan cara berkhayal atau membayangkan hasil yang akan terjadi atau mengkhayalkan seandainya ia berada dalam situasi yang lebih baik dari situasi yang dialaminya sekarang. Cara yang dilakukan untuk menghindari masalah dengan tidur lebih banyak, minum minuman keras, penyalahgunaan obat-obatan terlarang, dan menolak kehadiran orang lain.
- b. *Minimalization* (meringankan beban masalah). Usaha yang dilakukan individu untuk menghindari masalah dengan cara menolak memikirkan masalah dan menganggap seakan-akan masalah tersebut tidak ada dan menekan masalah menjadi seringan mungkin.
- c. *Self blame* (menyalahkan diri sendiri). Perasaan menyesal, menghukum dan menyalahkan diri sendiri atas tekanan masalah yang terjadi atau strategi lainnya yang bersifat pasif dan intropunitive yang ditujukan ke dalam diri sendiri.
- d. *Seeking meaning* (mencari arti). Usaha individu untuk mencari makna atau mencari hikmah dari kegagalan yang dialami dan melihat hal-hal lain yang penting dalam kehidupan. Bentuk-bentuk Emotion focus coping oleh Lazarus (dalam Effendi, 1999) yaitu, identifikasi, represi, denial, proyeksi, reaksi formasi, displacement, rasionalisasi.

Indikator-indikator emotion focus coping yang peneliti gunakan adalah dari Lazarus (dalam Aldwin dan Revenson 1987) adalah *escapism*, *minimalization*, *self blame*, dan *seeking meaning*.

2.3 Definisi Remaja

Istilah *adolescence* atau remaja berasal dari kata Latin *adolescere* (kata bendanya, *adolescentia* yang berarti remaja) yang berarti “tumbuh” atau “tumbuh menjadi dewasa.” Istilah *adolescence*, seperti yang dipergunakan saat ini, mempunyai yang lebih luas, mencakup kematangan mental, emosional, sosial dan fisik. Remaja adalah masa transisi dari masa kanak-kanak menuju tahap dewasa yang ditandai dengan perubahan pada aspek fisik, kognitif dan psikososial (Papalia, Olds & Feldman, 2009).

Santrock (2003) juga menjelaskan masa remaja sebagai masa perkembangan transisi antara masa anak dan masa dewasa yang melibatkan perubahan biologis, kognitif dan sosio-emosional. Masa remaja adalah bagian dari perjalanan hidup bukan masa yang terisolasi. Masa remaja memiliki ciri unik dan pada masa inilah berkaitan dengan perkembangan dan pengalaman pada masa anak dan dewasa. Pada masa transisi ini, remaja sedang mencari jati diri dan peran dalam masyarakat. Hal ini disebut sebagai tahap *identity vs identity confusion* (Erickson, 1968 dalam Santrock, 2003). Pada tahap ini, remaja dihadapkan pada pertanyaan siapa mereka, mereka itu sebenarnya apa, dan kemana mereka dalam hidupnya.

Remaja akan mengeksplorasi peran yang berbeda-beda dan orang tua seharusnya memberi kesempatan. Bila remaja mengeksplorasi peran tersebut dengan cara yang positif, maka suatu identitas positif akan terbentuk. Bila suatu identitas dipaksakan pada remaja oleh orang tua, kurang mengeksplorasi peran yang berbeda dan bila jalan menuju masa depan yang positif tidak ditentukan maka kekacauan identitas akan terjadi.

Menurut Santrock (2003), batasan remaja dibagi menjadi remaja awal usia 10-13 tahun dan remaja akhir antara usia 18-22 tahun. Perubahan

biologis, kognitif, dan sosial-emosional yang terjadi berkisar dari perkembangan fungsi seksual, proses berpikir abstrak sampai kemandirian. Sedangkan Hurlock menentukan remaja awal antara 13-16 atau 17 tahun dan remaja akhir dari 16 atau 17 tahun sampai 18 tahun. Garis pemisah antara awal dan akhir masa remaja terletak kira-kira di sekitar usia tujuh belas tahun. Pada penelitian ini, usia remaja dalam penelitian berdasarkan teori Santrock yaitu usia 10-22 tahun, batasan usia ini disesuaikan dengan batasan usia narapidana anak secara hukum.

2.3.1 Narapidana Remaja

Narapidana remaja lebih dikenal dengan anak LAPAS atau Anak Didik Lembaga Permasyarakatan. Anak Didik Lembaga Permasyarakatan adalah

- (a) Anak Pidana yaitu anak yang berdasarkan putusan pengadilan menjalani pidana di LAPAS Anak, paling lama sampai berumur 18 (delapan belas) tahun;
- (b) Anak Negara yaitu anak yang berdasarkan putusan pengadilan diserahkan pada negara untuk dididik dan ditempatkan di Lembaga Pemasyarakatan Anak, paling lama sampai berumur 18 (delapan belas) tahun;
- (c) Anak Sipil yaitu anak yang atas permintaan orang tua atau walinya memperoleh penetapan pengadilan untuk dididik di Lembaga Pemasyarakatan Anak, paling lama sampai berumur 18 (delapan belas) tahun. (*Pasal 1 Angka 8 UU Nomor 12 Tahun 1995 Tentang Pemasyarakatan*).

2.3.2 Lembaga Pemasyarakatan

Lembaga Pemasyarakatan adalah tempat untuk melaksanakan pembinaan narapidana dan anak didik pemasyarakatan (Purnianti,dkk.,2003). Berdasarkan penghuninya, LP dibagi menjadi enam yaitu LP Pria, LP Wanita,

LP Pemuda, LP Anak Pria dan LP anak Wanita. Berdasarkan tingkat pengamanannya, LP dibagi menjadi lima jenis yaitu *minimum*, *low*, *medium*, *high* dan administratif.

Lapas adalah unit pelaksana pemasyarakatan yang menampung, merawat, dan membina anak negara (Purnianti,dkk., 2003). Lapas pria menampung anak didik pemasyarakatan pria dengan usia di bawah 18 tahun. Anak didik yang menghuni LP tersebut terbagi menjadi tiga, yaitu: anak pidana, anak negara dan anak sipil. Anak pidana adalah anak yang berdasarkan putusan pengadilan menjalani pidana di Lapas paling lama sampai berumur 18 tahun. Anak negara adalah anak yang berdasarkan putusan pengadilan diserahkan pada negara untuk dididik dan ditempatkan di Lapas paling lama sampai berumur 18 tahun. Dan anak sipil adalah anak yang atas permintaan orang tua atau walinya memperoleh penetapan pengadilan untuk dididik di Lapas paling lama sampai berumur 18 tahun (UU No.12 tahun 1995 tentang pemasyarakatan).

BAB III

METODE PENELITIAN

3.1 Tipe Penelitian

Penelitian ini menggunakan tipe penelitian kuantitatif, dimana peneliti memutuskan apa yang akan dipelajari, mengajukan pertanyaan sempit yang spesifik lalu mengumpulkan data kuantitatif dari subjek penelitian kemudian menganalisis angka-angka menggunakan statistic dan melakukan penelitian dengan cara objektif (Creswell, 2008). Penelitian ini termasuk jenis penelitian non-eksperimental, dimana peneliti tidak melakukan manipulasi terhadap variabel bebas (*independent variable*) dan hanya akan meneliti sampel sebagaimana adanya (Kerlinger, 1995).

3.2 Identifikasi dan Operasionalisasi Variabel Penelitian

Identifikasi Variabel penelitian diperlukan agar dapat menentukan metode pengumpulan data yang akan dilakukan serta menentukan jenis-jenis analisis data yang sesuai dengan penelitian. Variabel penelitian adalah suatu atribut, sifat, atau nilai dari orang, objek, atau kegiatan yang mempunyai variasi tertentu yang ditetapkan oleh peneliti untuk dipelajari dan kemudian ditarik kesimpulannya (Sugiyono, 2010). Variabel-variabel dalam penelitian ini terdiri dari :

a. Variabel bebas (*independent variable*)

Varibel bebas merupakan variabel yang mempengaruhi atau yang menjadi sebab perubahannya atau timbulnya variabel dependen (terikat) dalam sebuah penellitian. Variabel bebas dalam penelitian ini adalah Coping stress.

b. Variabel terikat (*dependent variable*)

Variabel terikat merupakan variabel yang dipengaruhi atau yang menjadi akibat dari adanya variabel bebas dalam sebuah penelitian. Variabel terikat dalam penelitian ini adalah kesejahteraan psikologis.

3.2.1 Definisi Konseptual

3.2.1.1 Definisi Konseptual Coping Stress

Coping stress adalah cara yang dilakukan individu yang mengalami stress untuk mengendalikan gangguan yang disebabkan oleh stress itu sendiri. Coping stress dikategorikan menjadi Problem Focused Coping dan Emotion Focused Coping. Coping stress tersebut akan dilihat dengan menggunakan skala yang konsepnya serupa dengan yang dikemukakan Lazarus dan Folkmann. Penentuan tipe coping stress akan dilakukan dengan melihat rata-rata nilai hasil pengukuran kedua tipe coping stres.

3.2.1.2 Definisi Konseptual Kesejahteraan Psikologis

Kesejahteraan psikologis adalah kebahagiaan yang dapat dialami dari aktifitas pribadi yang penuh perasaan yang menjadi fasilitator atas pemenuhan potensi diri, pengalaman hidup, dan kemajuan dari tujuan seseorang dalam hidup. Skala kesejahteraan psikologis akan diukur berdasarkan modifikasi Skala Psychological well being dari WLS Surveys yang memuat dimensi-dimensi kesejahteraan psikologis dari Ryff (dalam Papalia dkk, 2001) berupa penerimaan diri, hubungan positif dengan orang lain, kemandirian, penguasaan lingkungan, tujuan hidup dan pertumbuhan pribadi. Semakin tinggi skor maka akan semakin tinggi pula kesejahteraan psikologisnya, begitu pula sebaliknya.

3.2.2 Definisi Operasional

3.2.2.1 Definisi Operasional Coping Stress

Coping stress merupakan total skor hasil pengukuran pengisian instrument coping stress. Skala disusun beracuan pada teori Lazarus dan

Folkman (1986) yang disesuaikan dengan sasaran penelitian. Skala ini terdiri atas *problem focused coping* dan *emotional focused coping*.

3.2.2.2 Definisi Operasional Kesejahteraan Psikologis

Definisi operasional kesejahteraan psikologis adalah total skor yang diperoleh dari hasil pengukuran pengisian instrument kesejahteraan psikologis. Skala disusun berdasarkan acuan teori Carol Ryff (1995) yang disesuaikan dengan sasaran penelitian. Tingkat kesejahteraan psikologis diukur dengan dimensi penerimaan diri, hubungan positif dengan orang lain, penguasaan lingkungan, otonomi, pertumbuhan pribadi, dan tujuan hidup.

3.3 Populasi dan Sampel

3.3.1 Populasi

Menurut Sugiyono (2010), populasi adalah wilayah generalisasi yang terdiri objek atau subjek yang mempunyai kualitas dan karakteristik tertentu yang ditetapkan oleh peneliti untuk dipelajari dan kemudian ditarik kesimpulannya. Populasi meliputi seluruh karakteristik atau sifat yang dimiliki oleh subjek atau objek tersebut. Karakteristik yang dimaksud dapat berupa usia, jenis kelamin, tingkat pendidikan, wilayah tempat tinggal, dan lain-lain.

Menurut Sugiyono (2010), populasi adalah wilayah generalisasi yang terdiri objek atau subjek yang mempunyai kualitas dan karakteristik tertentu yang ditetapkan oleh peneliti untuk dipelajari dan kemudian ditarik kesimpulannya. Populasi meliputi seluruh karakteristik atau sifat yang dimiliki oleh subjek atau objek tersebut. Karakteristik yang dimaksud dapat berupa usia, jenis kelamin, tingkat pendidikan, wilayah tempat tinggal, dan lain-lain.

Populasi yang digunakan dalam penelitian ini yaitu narapidana usia 10 sampai 22 tahun yang sedang dididik dan dibina di Lembaga Pemasyarakatan Anak Wanita dan Lembaga Pemasyarakatan Anak Pria Tangerang

3.3.2 Sampel

Sampel merupakan bagian dari jumlah dan karakteristik yang dimiliki oleh populasi tersebut (Sugiyono, 2010). Sampel yang diambil harus representatif atau mewakili populasi yang menjadi fokus penelitian untuk mendapatkan hasil tes yang baik. Pada penelitian ini, peneliti menentukan sampel berdasarkan karakteristik sebagai berikut :

- a. Narapidana remaja yang sedang menjalani hukuman pidana di Lembaga Pemasyarakatan Anak Pria Tangerang atau Lembaga Pemasyarakatan Anak Wanita Tangerang
- b. Berjenis kelamin pria atau wanita
- c. Usia 10-22 tahun. Rentang usia yang dipilih berdasarkan teori Santrock.
- d. Bersedia menjadi subjek penelitian

Guilford dan Frutcher (1978) berpendapat bahwa sampel untuk suatu penelitian berjumlah 30 atau lebih. Hal ini dilakukan agar dapat memenuhi perhitungan statistik sehingga distribusi frekuensi mendekati populasi atau skor mendekati kurva normal. Selain itu, Roscoe (dalam Sugiyono, 2010) menyatakan bahwa ukuran sampel yang layak dalam penelitian adalah antara 30 sampai dengan 500. Oleh karena itu, jumlah sampel yang akan digunakan dalam penelitian adalah minimal sebesar 30 orang.

3.3.3 Teknik Pengambilan Sampel

Teknik pengambilan sampel adalah suatu teknik menentukan sampel yang akan digunakan dalam penelitian (Sugiyono, 2010). Teknik yang digunakan untuk pengambilan sampel dalam penelitian ini adalah teknik *non-probability sampling* karena tidak memberi peluang/kesempatan sama bagi setiap unsur atau anggota populasi untuk dipilih menjadi sampel. Jenis teknik pengambilan sampel yang digunakan berupa *purposive sampling*. Menurut Sugiyono (2010), *sampling purposive* adalah teknik penentuan sampel

berdasarkan pertimbangan khusus sehingga layak untuk dijadikan sample (Sugiyono, 2010).

3.4 Metode Pengumpulan Data

Teknik pengumpulan data yang digunakan dalam penelitian ini adalah dengan pemberian kuesioner. Kuesioner merupakan teknik pengumpulan data yang dilakukan dengan cara memberi seperangkat pertanyaan atau pernyataan tertulis kepada responden untuk dijawabnya (Sugiyono, 2010). Penggunaan kuesioner ini memiliki beberapa kelebihan, diantaranya adalah efisien dalam hal waktu dan biaya serta memungkinkan anonimitas subjek sehingga tepat untuk digunakan pada penelitian dengan isu-isu sensitif (Kumar, dalam Rosalynn, 2012).

Pada penelitian ini, peneliti memberikan kuesioner secara langsung kepada responden. Hal ini dilakukan agar peneliti dapat membina hubungan baik dengan responden dan diharapkan akan tumbuh rasa nyaman dan terbuka responden pada peneliti. Selain itu, dengan memberikan kuesioner secara langsung, peneliti dapat melakukan observasi pada saat pengisian kuesioner sehingga diharapkan responden benar-benar mengisi sesuai dengan keadaan dirinya yang sebenarnya. Skala pengukuran yang digunakan dalam penelitian ini menggunakan skala Likert. Skala Likert digunakan untuk mengukur sikap, pendapat, dan persepsi seseorang atau sekelompok orang tentang fenomena sosial (Sugiyono, 2010).

Dalam penelitian ini menggunakan dua alat pengumpulan data, yaitu skala Coping stres untuk menentukan tipe coping stress yang sering dipakai serta skala kesejahteraan psikologis untuk mengukur kesejahteraan psikologis.

3.4.1 Instrumen Coping Stres

Skala Coping Stres yang digunakan dalam penelitian ini dengan empat pilihan jawaban yaitu sangat jarang, kadang, sering dan selalu. Skala coping

stress tersebut jumlahnya 22 item, terdiri dari 11 item dari dimensi *problem focused coping* dan 11 item dari dimensi *emotion focused coping*. Semakin banyak skor yang dikumpulkan dari dimensi pada tipe coping stres maka semakin kuatlah kecenderungan penggunaan tipe coping stres tersebut, begitu juga sebaliknya.

Tabel 3.1 Kisi-Kisi Instrumen Tipe Coping stress

Dimensi	Indikator	No Item		Jumlah Item
		Fav	Unfav	
Problem focused coping	Mampu bertindak secara langsung	2,7,9,10,14,	4	6
	Bersikap hati-hati	3, 5,15		3
	Berkompromi atau bernegosiasi untuk menyelesaikan masalah	1,6,8,12,13	11	5
Emotion focused coping	Pelarian diri dari masalah	16	17,18	3
	Mampu meringankan beban masalah	23	22,24	3
	Menyalahkan diri sendiri atas tekanan masalah	25	19,21	3
	Mencari makna dari kegagalan yang di alami	26,27	20	3
Jumlah Item		18	9	27

Instrument coping stress menggunakan empat variasi respon jawaban, yaitu Sangat Setuju (SS), Setuju (S), Tidak Setuju (TS), dan Sangat Tidak Setuju (STS). Item-item pada masing-masing dimensi terbagi menjadi item *favorable* dan item *unfavorable*. Item *favorable* adalah item-item yang isinya mendukung, memihak, atau menunjukkan ciri adanya atribut yang diukur, sedangkan item *unfavorable* adalah item-item yang isinya tidak mendukung atau menggambarkan ciri atribut yang diukur. Penilaian instrumen coping stress dilakukan dengan cara berikut:

Tabel 3.2 Penilaian Instrumen Coping Stress

Skala	Favorable	Unfavorable
STS	1	4
TS	2	3
S	3	2
SS	4	1

3.4.2 Instrumen Kesejahteraan Psikologis

Skala kesejahteraan psikologis dalam penelitian ini merupakan *Ryff's Scales of Psychological Well Being*(SPWB) yang disusun oleh Carol D. Ryff pada tahun 1995. Kesejahteraan psikologis terdiri dari enam dimensi yaitu dimensi penerimaan diri, hubungan positif dengan orang lain, otonomi, penguasaan lingkungan, pertumbuhan pribadi, dan tujuan hidup.

Instrumen yang peneliti dan rekan-rekan gunakan dalam payung penelitian kesejahteraan psikologis ini adalah versi panjang dari SPWB yang pada setiap dimensinya terdiri dari 14 item sehingga totalnya terdapat 84 item. Peneliti mendapat instrumen ini dengan cara sebelumnya melakukan korespondensi terlebih dahulu dengan pembuat alat ukur ini yaitu Carol D. Ryff. Instrumen kemudian diterjemahkan ke dalam Bahasa Indonesia di UPT Bahasa Universitas Negeri Jakarta dan dilakukan *back translation* di Lembaga Bahasa Universitas Indonesia. Setelah itu, skala ini melalui proses *expert judgement* oleh ahli psikologi sosial dan ahli alat ukur. Berdasarkan hasil *expert judgement*, terdapat 1 butir pernyataan yang tidak dapat digunakan karena tidak sesuai dengan kondisi yang terjadi sebenarnya. Butir pernyataan tersebut adalah nomor 81 yang berisi pernyataan "Saya telah mampu membangun rumah dan gaya hidup yang sesuai dengan keinginan saya".

Oleh karena total item pada skala *Ryff's Scales of Psychological Well Being* yang digunakan dalam penelitian ini adalah 83 item. Penjelasan kisi-kisi instrumen dapat dilihat pada tabel di bawah ini :

Tabel 3.3 Kisi-Kisi Instrumen Kesejahteraan Psikologis

Dimensi	Indikator	No Item		Jumlah Item
		Fav	Unfav	
Otonomi	Mampu mengambil keputusan sendiri	14	32, 56, 62	4
	Tahan terhadap tuntutan sosial	8, 38, 50	20, 44, 74	6
	Mampu mengatur tingkah laku	26, 68, 80	2	4
Penguasaan Lingkungan	Mampu mengatur lingkungan	3, 39	9, 15, 75, 45	6
	Mampu memilih lingkungan yang sesuai dengan kebutuhan	21, 33, 51, 57, 69	27, 63	7
Pertumbuhan Pribadi	Memiliki kemampuan untuk terus berkembang	40, 64	4	3
	Adanya peningkatan dalam diri	10, 46, 52, 70	34, 76, 81	7

	Terbuka pada berbagai pengalaman baru	16, 28	22, 58	4
Hub. Positif dengan Orang Lain	Memiliki hubungan hangat dengan orang lain	1, 19, 37, 67	7, 13, 43, 55, 61, 73	10
	Peduli terhadap kesejahteraan orang lain	49		1
	Memiliki rasa empati	25, 79	31	3
Tujuan Hidup	Memiliki tujuan hidup	23, 47, 53, 59, 71	11, 17, 29, 41	9
	Memahami makna dalam hidup	5, 77	35, 65, 82	5
Penerimaan Diri	Memiliki evaluasi diri yang positif	6, 12	60, 66	4
	Mengakui kemampuan diri dalam berbagai aspek	36		1
	Mampu menerima diri apa adanya	30, 48, 72, 78	18, 24, 42, 54, 83	9
Jumlah Item		43	40	83

Skala pengukuran disusun menggunakan skala *Likert* dengan enam variasi respon jawaban, yaitu Sangat Sesuai (SS), Sesuai (S), Agak Sesuai (AS), Agak Tidak Sesuai (ATS), Tidak Sesuai (TS), dan Sangat Tidak Sesuai (STS). Item-item pada masing-masing dimensi terbagi menjadi item *favorable* dan item *unfavorable*. Item *favorable* adalah item-item yang isinya mendukung, memihak, atau menunjukkan ciri adanya atribut yang diukur, sedangkan item *unfavorable* adalah item-item yang isinya tidak mendukung atau menggambarkan ciri atribut yang diukur. Penilaian alat ukur kesejahteraan psikologis dilakukan dengan cara berikut :

Tabel 3.4 Penilaian Instrumen Kesejahteraan Psikologis

Skala	Favorable	Unfavorable
SS	6	1
S	5	2
AS	4	3
ATS	3	4
TS	2	5
STS	1	6

3.4.3 Alur Prosedur Pengumpulan Data

Peneliti menggunakan dua variabel psikologis dalam penelitian ini yaitu variabel kesejahteraan psikologis dan variabel coping stress. Skala yang digunakan dalam variabel kesejahteraan psikologis adalah skala *Ryff's Scales of Psychological Well Being* yang didapat responden dengan cara melakukan korespondensi terlebih dulu dengan penyusun skala ini, yaitu Carol Ryff untuk meminta izin penggunaan instrumen tersebut. Skala yang

didapatkan oleh peneliti kemudian diterjemahkan ke dalam Bahasa Indonesia di UPT Bahasa Universitas Negeri Jakarta dan dilakukan *back translate* di Lembaga Bahasa Universitas Indonesia. Skala yang digunakan dalam variabel coping stress yang peneliti gunakan adalah skala yang peneliti susun sendiri berdasarkan teori Lazarus.

3.5 Uji Coba Instrumen

Dalam sebuah penelitian, instrument merupakan hal yang penting. Sebelum instrument digunakan dalam sebuah penelitian perlu dilakukan pengujian validitas dan reliabilitas (Anastasi & Urbina, 1997). Uji reliabilitas digunakan untuk melihat kestabilan dan keajagean alat ukur. Validitas merupakan derajat yang menunjukkan alat ukur dapat mengukur hal yang menjadi tujuan pengukuran (Sukardi, 2003).

3.5.1 Uji Validitas

Validitas mempunyai arti sejauh mana ketepatan dan kecermatan suatu alat ukur dalam melakukan fungsi ukurnya (dalam Azwar, 2005). Alat ukur yang digunakan dalam penelitian ini diuji validitas isi yang dilakukan secara rasional oleh professional judgement. Adapun hasil dari *expert judgement* para ahli tersebut adalah sebagai berikut:

- a. Beberapa item perlu di perbaiki redaksinya untuk memudahkan responden memahami maksud dari pernyataan tersebut.
- b. pengkoreksian dalam penulisan instruksi supaya lebih mudah di pahami.

Sebuah instrumen dapat dikatakan valid jika instrumen tersebut dapat mengukur apa yang hendak diukur. Proses pengujian validitas pada penelitian ini menggunakan program SPSS versi 16, salah satu persyaratan umum mengenai validitas item dalam sebuah penelitian adalah bahwa sebuah item (pernyataan) dapat dikatakan mempunyai validitas yang tinggi

jika nilai Alpha if item deleted \leq Croanbach's Alpha (Rangkuti, 2012). Jika nilai Alpha if item deleted lebih besar dari Croanbach Alpha yang didapatkan, maka item tersebut dikatakan tidak valid (drop). Dan selanjutnya, tidak digunakan dalam proses analisis data.

Tabel 3.5 Hasil uji validitas instrument Coping stress

Dimensi	Indikator	No Item		Jumlah Item
		Fav	Unfav	
Problem focused coping	Mampu bertindak secara langsung	2,7,9,10,14,	4*	5
	Bersikap hati-hati	3, 5,15		3
	Berkompromi atau bernegosiasi untuk menyelesaikan masalah	1*,6,8,12,13	11*	3
Emotion focused coping	Pelarian diri dari masalah	16	17,18	3
	Mampu meringankan beban masalah	23	22,24	3
	Menyalahkan diri sendiri atas tekanan masalah	25	19,21	3
	Mencari makna dari kegagalan yang di alami	26*,27*	20	1
Jumlah Item		15	7	22

Nb: Nomor dengan tanda * menandakan item yang gugur.

Dari hasil pengujian dengan SPSS 16.0 di hasilkan 22 item yang valid dan 5 item yang gugur. Pada dimensi problem focused coping mendapat 12 item yang valid dan pada dimensi emotion focused coping terdapat 10 item yang yang valid.

Sedangkan hasil uji validitas pada instrument kesejahteraan psikologis, hasil uji validitas dijelaskan sebagai berikut:

Tabel 3.6 Hasil Uji Validitas Instrumen Kesejahteraan Psikologis

Dimensi	Indikator	No Item		Jumlah Item
		Fav	Unfav	
Otonomi	Mampu mengambil keputusan sendiri	14*	32, 56*, 62	2
	Tahan terhadap tuntutan sosial	8*, 38*, 50*	20, 44*, 74*	1
	Mampu mengatur tingkah laku	26*, 68*, 80*	2	1
Penguasaan Lingkungan	Mampu mengatur lingkungan	3*, 39	9, 15, 75, 45*	4
	Mampu memilih lingkungan yang sesuai dengan kebutuhan	21*, 33, 51, 57*, 69	27, 63	5
Pertumbuhan Pribadi	Memiliki kemampuan untuk terus berkembang	40, 64	4	3
	Adanya peningkatan dalam diri	10*, 46*, 52, 70	34*, 76, 81	4
	Terbuka pada berbagai pengalaman baru	16, 28	22, 58*	3
Hub. Positif dengan Orang	Memiliki hubungan hangat dengan orang lain	1*, 19*, 37, 67	7*, 13*, 43, 55*, 61, 73*	4
	Peduli terhadap	49		1

Lain	kesejahteraan orang lain			
	Memiliki rasa empati	25*, 79*	31	1
Tujuan Hidup	Memiliki tujuan hidup	23*, 47*, 53, 59*, 71*	11, 17, 29, 41	5
	Memahami makna dalam hidup	5*, 77*	35, 65*, 82	2
Penerimaan Diri	Memiliki evaluasi diri yang positif	6*, 12*	60, 66*	1
	Mengakui kemampuan diri dalam berbagai aspek	36		1
	Mampu menerima diri apa adanya	30, 48*, 72*, 78*	18, 24*, 42, 54*, 83*	3
Jumlah Item		16	25	41

Nb: Nomor dengan tanda * menandakan item yang gugur.

Dari hasil pengujian validitas menggunakan SPSS 16.0 di dapat 42 item yang gugur. Pada dimensi otonomi terdapat 4 (32, 62, 20, 2) item yang valid, diantaranya masing-masing dapat mewakili indicator dalam dimensi otonomi.pada dimensi penguasaan lingkungan terdapat 9 (39, 9, 75, 15,33, 63, 27,51, 69) yang valid. Pada dimensi pertumbuhan pribadi terdapat 10 (40, 64, 4, 76, 81, 52, 70, 16, 28, 22) item yang valid. Pada dimensi hubungan positif dengan orang lain terdapat 6 (43, 37, 67,61, 49,31) item yang valid. Pada dimensi tujuan hidup terdapat 7 (11, 17, 29, 41, 53, 35, 82) item yang valid. Pada dimensi penerimaan diri terdapat 5 (60, 36, 30, 18, 42) item yang valid.

3.5.2 Uji Reliabilitas

Uji reliabilitas bertujuan untuk mengetahui konsistensi atau kepercayaan hasil ukur, yang mengandung makna kecermatan pengukuran (dalam Azwar, 2005). Uji reliabilitas alat ukur dalam penelitian ini menggunakan Alphe Cronbach dengan bantuan SPSS 16.

Tabel 3.7 Koefisien Reliabilitas

Koefisien Reliabilitas	Kriteria
>0,9	Sangat Reliabel
0,7 – 0,9	Reliabel
0,4 – 0,69	Cukup Reliabel
0,2 – 0,39	Kurang Reliabel
<0,2	Tidak Reliabel

Tabel 3.8 Reliabilitas Perdimensi Instrumen Coping Stress

Dimensi	Koefisien Reliabilitas
<i>Problem Focused Coping</i>	0,572
<i>Emotion Focused Coping</i>	0,178

Hasil uji reliabilitas variabel Coping stress dengan menggunakan SPSS 16.0 Alpha Cronbach perdimensi, pada dimensi Problem Coping stress didapati 0,572 hal ini menunjukkan bahwa dimensi problem coping stress cukup reliable untuk mengukur coping stress. Sedangkan pada dimensi Emotion coping stress didapati 0,178 hal ini menunjukkan bahwa dimensi

emotion coping stress kurang reliable untuk mengukur coping stress. Reliabilitas variabel coping stress sebesar 0.485.

Tabel 3.9 Reliabilitas Perdimensi Instrumen Kesejahteraan Psikologis

Dimensi	Koefisien Reliabilitas
Otonomi	0,903
Penguasaan Lingkungan	0,737
Pertumbuhan Pribadi	0,722
Hubungan Positif dengan Orang Lain	0,541
Tujuan Hidup	0,583
Penerimaan Diri	0,434

Pada hasil uji reliabilitas pada instrument kesejahteraan psikologis, dimensi otonomi di dapati 0,164 hal ini menunjukkan bahwa dimensi otonomi tidak reliable untuk mengukur kesejahteraan psikologis. Pada dimensi penguasaan lingkungan didapati 0,737 hal ini menunjukkan bahwa dimensi penguasaan lingkungan reliable untuk mengukur kesejahteraan psikologis. Pada dimensi pertumbuhan pribadi didapati 0,722 hal ini menunjukkan bahwa dimensi pertumbuhan pribadi reliable untuk mengukur kesejahteraan psikologis. Pada dimensi hubungan positif dengan orang lain didapati 0,541 hal ini menunjukkan bahwa dimensi hubungan positif dengan orang lain cukup reliable untuk mengukur kesejahteraan psikologis. Pada dimensi tujuan hidup didapati 0,583 hal ini menunjukkan bahwa dimensi tujuan hidup cukup reliable untuk mengukur kesejahteraan psikologis. Pada dimensi penerimaan

diri didapati 0,434 hal ini menunjukkan bahwa dimensi penerimaan diri cukup reliable untuk mengukur kesejahteraan psikologis. Reliabilitas variable kesejahteraan psikologis sebesar 0.903.

3.6 Analisis Data

Data dalam penelitian ini diperoleh dari hasil skala Coping stress dan skala *Ryff's Scales of Psychological Well Being*. Hasil skala ini kemudian dianalisis secara statistik. Teknik pengolahan data menggunakan teknik analisis data statistik parametrik. Tes statistik parametrik digunakan untuk menguji parameter populasi melalui statistik, atau menguji ukuran populasi melalui data sampel (Sugiyono, 2010). Adapun langkah-langkah yang harus dilakukan adalah sebagai berikut:

3.6.1 Perumusan Hipotesis

Rumusan hipotesis dua pihak yaitu :

$H_0 : r = 0$

H_0 : Tidak terdapat pengaruh yang signifikan coping stress terhadap kesejahteraan psikologis narapidana remaja di Lembaga Pemasyarakatan Klas IIA Tangerang.

$H_a : r \neq 0$

H_a : Terdapat pengaruh yang signifikan coping stress terhadap kesejahteraan psikologis narapidana remaja di Lembaga Pemasyarakatan Klas IIA Tangerang Keterangan :

H_0 = Hipotesis Nol

H_a = Hipotesis Alternatif

r = Koefisien pengaruh coping stress terhadap kesejahteraan psikologis narapidana remaja di Lembaga Pemasyarakatan Klas IIA Tangerang

3.6.2 Uji Asumsi

Sebelum melakukan pengujian hipotesis, terlebih dahulu dilakukan uji asumsi yang terdiri dari uji normalitas dan uji linieritas.

3.6.2.1 Uji Normalitas

Uji normalitas digunakan untuk mengetahui apakah populasi data berdistribusi normal atau tidak. Pengujian normalitas data menggunakan program SPSS versi 16.00. Data dikatakan berdistribusi normal jika taraf signifikansi lebih besar dari 0,05.

3.6.3 Penentuan Uji Statistik

Setelah data penelitian terkumpul maka data tersebut kemudian diolah menggunakan uji statistik untuk menguji hipotesis yang diajukan. Uji statistik yang digunakan adalah analisis regresi linier dengan menggunakan program komputer *Statistical Package of Social Science (SPSS) for Windows Release versi 16.00*.

Analisis regresi digunakan untuk menguji hipotesis pengaruh satu variabel independen terhadap satu variabel dependen. Rangkuti (2012) mengatakan bahwa analisis regresi linier merupakan salah satu analisis yang menjelaskan tentang sebab-akibat dan besarnya akibat yang ditimbulkan oleh salah satu atau lebih variabel terikat. Analisis regresi linier digunakan untuk mengetahui seberapa besar pengaruh variabel bebas terhadap variabel terikat. Selain itu, dengan analisis regresi linier juga dapat dilakukan prediksi tentang bagaimana variasi skor variabel kriterium (Y) berdasarkan variasi skor variabel prediktor (X). Uji statistik dengan analisis regresi hanya dapat dilakukan jika telah terbukti ada hubungan yang signifikan antar variabel yang bersangkutan (Rangkuti, 2012).

Jenis analisis regresi yang digunakan adalah analisis regresi linier sederhana. Analisis ini digunakan karena pada penelitian ini hanya terdapat satu variabel prediktor untuk memprediksi variabel kriterium. Perhitungan

analisis regresi dengan satu variabel prediktor menggunakan rumus sebagai berikut :

Y : variabel yang diprediksi

X : variabel prediktor

a : bilangan konstan

b : koefisien prediktor

$$Y = a + bX$$

BAB IV

HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

4.1. Gambaran Subjek Penelitian

Penelitian ini dilakukan oleh 61 narapidana laki-laki dan wanita, yang terdiri dari 50 responden laki-laki dan 11 responden wanita yang berada di lembaga pemasyarakatan klas IIA tangerang. Profil responden yang digambarkan dari data yang terkumpul sebagai berikut :

Tabel 4.1 jumlah responden berdasarkan jenis kelamin

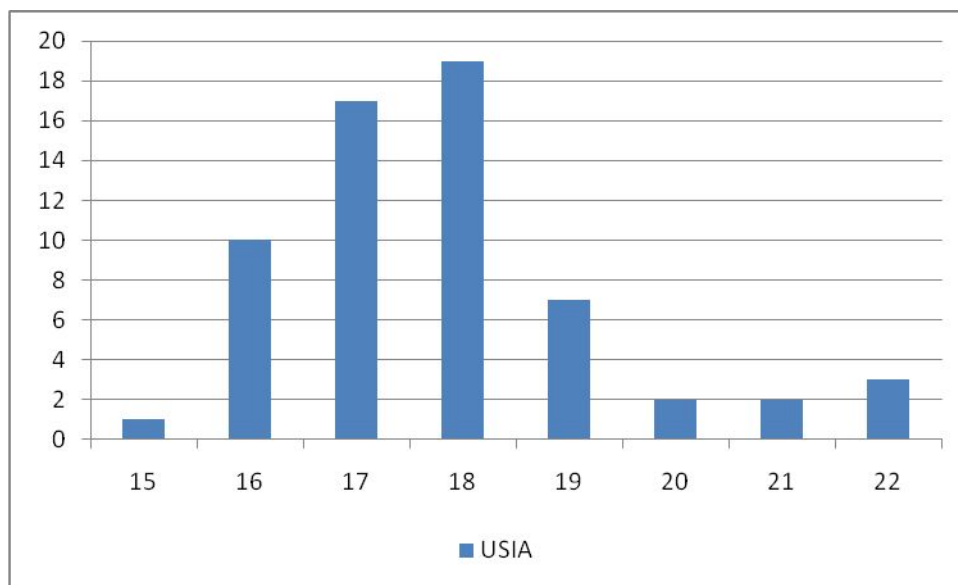
No.	Jenis Kelamin	Jumlah Responden	Presentase
1.	Pria	50	82 %
2.	Wanita	11	18 %
Jumlah		61 Responden	100%

Tabel 4.2 jumlah responden berdasarkan usia

No.	Jenis Kelamin	Jumlah	Presentase
1.	Remaja Awal (10-13 tahun)	0	0%
2.	Remaja Tengah(13-18 tahun)	47	77%

3. Remaja Akhir (18-22 tahun)	14	23%
Jumlah	61	100%
Responden		

Diagram 4.1 presentase bersarkan usia



Gambaran responden menunjukkan bahwa sebagian besar responden berada diusia remaja tengah (13-18 tahun).

4.2 Prosedur Penelitian

4.2.1 Persiapan Penelitian

Penelitian ini diawali dengan menemukan sebuah fenomena kemudian menentukan variabel psikologis yang akan diteliti. Setelah itu dilanjutkan dengan proses pembuatan proposal. Penulis melakukan korespondensi dengan peneliti dari luar negeri untuk meminta izin penggunaan skala *Ryff's Scale of Psychological Well Being* di Indonesia. Setelah peneliti tersebut mengizinkan maka dilakuka proses pengadopsian skala *Ryff's Scale of*

Psychological Well Being dengan cara diterjemahkan ke dalam bahasa Indonesia, lalu dilakukan *back-translation*. Hasil dari *back-translation* ini digunakan sebagai bahan pembandingan hasil *translation* untuk melihat apakah hasil terjemahan sudah sesuai atau belum. Sedangkan untuk skala coping stress peneliti membuat instrument dari dimensi-dimensi yang terdapat pada teori coping stress oleh Lazarus.

Selanjutnya adalah proses izin tempat penelitian. Untuk perizinan di Lembaga Pemasyarakatan Wanita Klas IIA Tangerang, Banten diperlukan suatu ijin dari Kementrian Hukum dan HAM Banten. Tetapi, ternyata bisa dilakukan perijinan melalui Direktur Jenderal Pemasyarakatan Jakarta, sehingga perijinan dilakukan disana.

Setelah didapatkan izin dan kedua kala tersebut sudah terkumpul, kemudian dilakukan *expert judgment* dengan ahli psikologi. Peneliti melakukan revisi alat ukur sesuai dengan hasil *expert judgement* dan kemudian melakukan uji keterbacaan pada sampel yang sesuai dengan kriteria yang telah ditetapkan. Setelah melalui semua proses tersebut, peneliti mulai melakukan uji coba instrumen di Lembaga Pemasyarakatan Wanita Klas IIA Tangerang, Banten. Proses uji coba instrumen ini dilakukan pada tanggal 22 April 2014.

Tahapan selanjutnya adalah proses uji validitas dan reliabilitas skala kesejahteraan psikologis dan Coping stress. Responden untuk uji validitas dan reliabilitas adalah 61 orang narapidana yang berasal dari Lembaga Pemasyarakatan Klas IIA Tangerang, Banten. Hasil uji validitas dan reliabilitas skala kesejahteraan psikologis menunjukkan hanya 41 item yang valid dari 83 item dan dinyatakan cukup reliabel. Hasil uji validitas dan reliabilitas skala coping stress menunjukkan 22 item yang valid dari 27 item dan dinyatakan reliabel. Jadi, terdapat 63 item valid yang dipakai pada uji hipotesis penelitian.

4.3 Pelaksanaan Penelitian

4.3.1 Pengambilan data

Pengambilan data penelitian dilaksanakan dalam waktu dua hari, yaitu pada tanggal 13-14 Mei 2014. Penelitian dilakukan di Lembaga Pemasyarakatan Pria dan Lembaga Pemasyarakatan Wanita Klas IIA Tangerang, Banten. Responden yang digunakan dalam pelaksanaan penelitian berjumlah 61 orang narapidana Pria dan Wanita. Item – item yang digunakan dalam pelaksanaan penelitian merupakan item yang sudah valid, yaitu berjumlah 41 item pada skala kesejahteraan psikologis dan 22 item pada skala coping stress.

4.3 Hasil Analisis Data Penelitian

Data yang diperoleh setelah uji coba dilakukan tabulasi dan analisis untuk mengetahui gambaran terhadap usia sampel. Hasil dari pengujian tersebut $N = 61$, usia minimum yaitu 15 tahun sedangkan usia maximumnya 22 tahun. Rata-rata usia sampel adalah 17,80 tahun. Skewness dan kurtosis adalah untuk melihat apakah usia dapat didistribusikan dengan normal atau tidak, semakin mendekati angka nol (0) maka usia berarti terdistribusi normal. Hasil skewness = 0.941, dan kurtosis = 0.937.

4.3.1 Uji Asumsi

4.3.1.1 Uji Normalitas Data

Penelitian ini menggunakan uji normalitas data Kolmogorov-Smirnov. Hasil uji normalitas data yang dilakukan dengan menggunakan program SPSS 16. Hasil uji normalitas Kolmogorov-Smirnov pada variabel Coping Stress terhadap *kesejahteraan psikologis*. Hasil uji Psychological Well-Being menunjukkan p-value lebih besar dari 0,05 ($0,200 > 0,05$). Hasil uji Coping stress menunjukkan p-value lebih besar dari 0,05 ($0,200 > 0,05$). Berdasarkan

hasil uji normalitas tersebut, dapat diambil kesimpulan data tersebut terdistribusi normal.

Tabel 4.3 hasil uji normalitas

Variabel	Kolmogorof Smirnov (ρ)	Kesimpulan
Kesejahteraan Psikologis	0,200	Normal
Coping stress	0,200	Normal

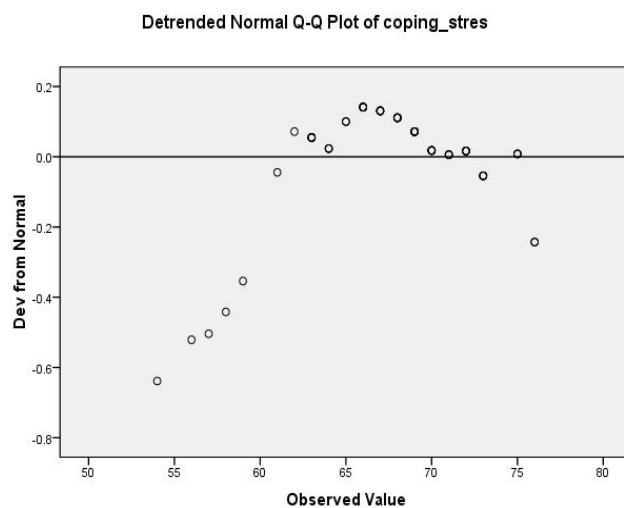


Diagram 4.2 uji normalitas coping stress

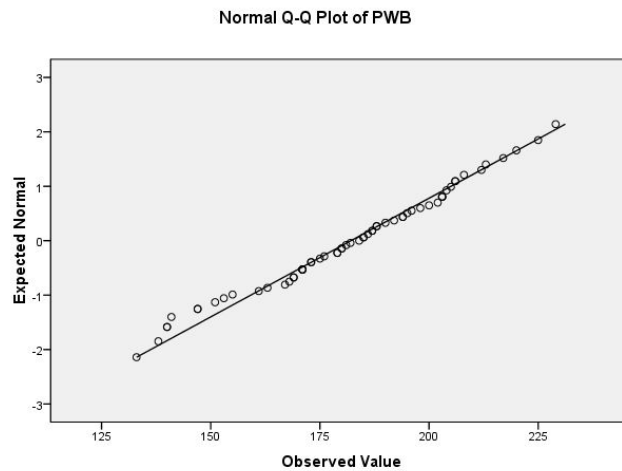


Diagram 4.3 uji normalitas kesejahteraan psikologis

a. Pengujian Hipotesis penelitian

Ho : tidak ada pengaruh coping stress terhadap kesejahteraan psikologis pada narapidana remaja di lembaga pemasyarakatan klas IIA tangerang.

Ha : ada pengaruh coping stress terhadap kesejahteraan psikologis pada narapidana remaja di lembaga pemasyarakatan klas IIA tangerang.

4.3.1.2 Uji korelasi

Dalam pengujian hipotesis tersebut, yaitu untuk melihat pengaruh keberfungsian keluarga terhadap kesejahteraan psikologis dilakukan perhitungan dengan menggunakan analisis regresi SPSS versi 16.00 dan didapatkan hasil sebagai berikut :

1. Koefisien korelasi product moment antara Coping stres dengan kesejahteraan psikologis menunjukkan angka 0,298, dan signifikan pada taraf 0,020. Hal ini menunjukkan bahwa coping stres

mempunyai hubungan positif dan signifikan dengan kesejahteraan psikologis. Hal ini dapat dilihat pada tabel berikut ini :

Table 4.4 hasil uji korelasi

Variabel	Uji Korelasi		Interpretasi
	P	Sig.	
Coping stress dengan Kesejahteraan Psikologis	0,298	0,020	Terdapat Hubungan dan Signifikan

4.3.2 Analisis Regresi

Konstanta variabel coping stress sebesar 87,382, sedangkan koefisien regresi variabel coping stress sebesar 1,402. Berikut ini adalah data yang diperoleh dari hasil perhitungan hasil regresi.

Tabel 4.5 Hasil Analisis Regresi

Variabel	Konstanta	Koefisien Regresi	Signifikansi
Coping stress dengan Kesejahteraan Psikologis	87,382	1,402	0,020

Berdasarkan pernyataan tersebut, berikut persamaan:

$$Y = a + bX$$

$$Y = 87,382 + 1,402X$$

$$\text{Kesejahteraan Psikologis} = 87,832 + 1,402 \text{ Coping Stress}$$

Interpretasi persamaan tersebut adalah jika coping stress (X) mengalami kenaikan satu satuan, maka kesejahteraan psikologis (Y) mengalami kenaikan sebesar 1,402. Terdapat juga pengaruh antara coping stress terhadap kesejahteraan psikologis.

Besar pengaruh (adjusted R square) variabel coping stress terhadap kesejahteraan psikologis adalah 0.073 (7,3%), yang artinya bahwa coping stress memengaruhi kesejahteraan psikologis sebanyak 7,3% dan sisanya 92,7% dipengaruhi oleh factor lain diluar coping stress.

Table 4.6 Model Summary Analisis Regresi

Model	Summary	R	R Square	Adjusted R Square
1		0,298	0,089	0,073

Nilai F pada hasil perhitungan variabel coping stress sebesar 0,01. Hal ini menunjukkan bahwa nilai signifikansi lebih dari 0,05 ($p = 0,01 < 0,05$) setelah di ketahui nilai regresinya dengan criteria pengujian :

Ho diterima jika $F_{hitung} < F_{tabel}$ dan nilai signifikansi > 0.05

Ha ditolak jika nilai $F_{hitung} > F_{tabel}$ dan nilai signifikansi $< 0,05$.

Berdasarkan penghitungan statistic dari hasil analisis regresi linear didapatkan nilai $F_{hitung} 5,759 > F_{tabel} 2,52$, sehingga Ho ditolak dan Ha

diterima. Selain itu juga dapat dilihat dari nilai signifikansi. Kesimpulannya ada pengaruh yang signifikan antara coping stress terhadap kesejahteraan psikologis pada narapidana remaja di lembaga pemasyarakatan kelas II A tangerang.

4.4 Pembahasan

Hasil penelitian menunjukkan bahwa ada pengaruh coping stress terhadap kondisi kesejahteraan psikologis yang dipilih untuk mengatasi ketertekanan narapidana dalam Lapas.

Masuknya narapidana ke dalam sel penjara menjadi suatu perubahan hidup yang akan berdampak pada kondisi psikologisnya. Perubahan hidup menjadi sumber stres bila perubahan hidup tersebut menuntut individu untuk menyesuaikan diri (Nevid, 2005). Perubahan hidup yang paling jelas terlihat adalah hilangnya kebebasan. Ketiga subjek merasa terkekang karena hak-haknya menjadi lebih terbatas, tidak bisa melakukan hal-hal yang diinginkan seperti saat mereka di luar. Semua kegiatan narapidana diatur oleh pihak LP sehingga narapidana harus patuh dan taat terhadap aturan dan harus selalu mengikuti kegiatan yang sudah dijadualkan.

Masalah-masalah yang memunculkan stress pada para subjek di lembaga pemasyarakatan ini adalah kerinduan pada keluarga, kejenuhan di lembaga pemasyarakatan baik karena bosan dengan kegiatan-kegiatannya, kurangnya kegiatan maupun bosan dengan makanannya, adanya masalah dengan teman serta rasa bingung ketika memikirkan masa depannya nanti setelah keluar dari lembaga pemasyarakatan. Hasil tersebut menunjukkan kerinduan dan keterpisahan dengan keluarga menjadi masalah yang paling sering dialami oleh para subjek tanpa memandang berapa lama mereka telah berada di lembaga pemasyarakatan, juga tidak berbeda apapun jenis kenakalan yang mereka lakukan. Selanjutnya hal yang dipersepsikan sebagai

masalah di lembaga pemasyarakatan adalah kondisi di dalam lembaga pemasyarakatan baik terkait dengan hubungan dengan teman maupun kebosanan dengan suasana lembaga pemasyarakatan. Situasi lembaga pemasyarakatan termasuk kondisi teman-teman menjadi hal yang memunculkan stress. Menjalin hubungan baik dengan teman di lembaga pemasyarakatan bukan sesuatu yang mudah dilakukan karena keberadaan anak-anak tersebut sebagai anak yang bermasalah sehingga terlihat pula dalam kedekatan dengan sesama narapidana, para subjek mengungkapkan tidak memiliki teman baik di lembaga pemasyarakatan.

Kegiatan-kegiatan di lembaga pemasyarakatan dapat menjadi stressor juga ketika kegiatan-kegiatan tersebut kurang mampu mawadahi kebutuhan narapidana terhadap aktivitas harian. Responden mengeluhkan kegiatan yang kurang di lembaga pemasyarakatan. Menurut pengamatan peneliti hal tersebut wajar dikeluhkan karena peneliti banyak menjumpai para anak didik bergerombol di beberapa sudut tanpa ada kegiatan yang jelas meski sebagian yang lain juga terlihat sedang melakukan kegiatan. Sebagaimana penuturan seorang petugas lembaga pemasyarakatan, kondisi tersebut dimungkinkan terjadi karena keikutsertaan para narapidana dalam kegiatan-kegiatan yang disediakan untuk mereka kadang harus bergiliran/bergantian dengan narapidana lainnya karena keterbatasan sarana.

Hasil penelitian ini sejalan dengan sejumlah studi yang telah mengidentifikasi sumber-sumber stres yang dilaporkan terjadi pada para penghuni lembaga pemasyarakatan (Whitehead & Steptoe dalam Fink, 1999). Hasil-hasil pengkajian pada sejumlah studi tersebut dapat terbagi dalam beberapa kategori. Kategori pertama yaitu yang bersumber dari hubungan personal. Keterpisahan dengan keluarga atau pasangan merupakan stresor utama dalam kehidupan para penghuni lembaga pemasyarakatan. Rasa takut ditolak oleh sesama remaja lembaga pemasyarakatan serta isolasi sosial dapat meningkatkan rasa cemas terutama pada fase awal keberadaan

mereka di lembaga pemasyarakatan. Kurangnya privasi dan kesesakan merupakan problem serius yang ada di lembaga pemasyarakatan.

Stres lain yang bersumber dari lingkungan lembaga pemasyarakatan adalah tingkat kebisingan, ketidaknyamanan karena panas, kurangnya kontak dengan lingkungan natural, kurangnya stimulasi intelektual dan adanya rutinitas harian yang membosankan. Maitland & Sluder (1996) memberikan sejumlah aspek *prison stress* yang serupa yaitu jauhnya mereka dari keluarga dan temanteman, kejenuhan, perselisihan dengan sesama penghuni lembaga pemasyarakatan, hilangnya kebebasan, kurangnya pemilikan-pemilikan personal, dan suasana yang mengganggu di lembaga pemasyarakatan. Suasana yang mengganggu di lembaga pemasyarakatan termasuk di dalamnya adalah rasa khawatir menjadi korban (*fear of victimization*) dan kurangnya fasilitas hidup yang memadai.

Bukstel & Kilmann (dalam Bartol, 1994, h. 366) mengemukakan bahwa pola reaksi psikologis yang dialami narapidana selama dipenjara menyerupai huruf U, di mana reaksi emosional paling kuat terjadi pada saat awal dan akhir pemenjaraan. Dilihat dari penerimaan dirinya, anak didik pada awalnya tidak bisa menerima kenyataan bahwa mereka harus menjalani hukuman di dalam sel. Anak didik mengalami penyesalan terutama terhadap orangtua mereka karena mereka sadar kondisi mereka saat ini tidak hanya menyusahkan dirinya, tetapi juga orangtua mereka. Status baru sebagai narapidana membuat anak didik merasa malu menyandangnya. Membandingkan kebebasan yang dialami teman-teman seusianya di luar dan kondisi mereka membuat mereka merasa iri. Masuknya ke LP membuat anak didik merasa kehilangan teman-teman yang dahulu ketika di luar selalu bermain dan berkumpul bersama.

Gambaran kondisi di atas mendorong mereka untuk berusaha mendapatkan kondisi yang lebih baik. salah satu upaya yang dilakukan adalah dengan menggunakan coping berfokus pada emosi, yaitu melamun dan merokok. Pada *coping* berfokus emosi, individu berusaha segera

mengurangi dampak stresor dengan menyangkal adanya stresor atau menarik diri dari situasi (Nevid, 2005). Sebagian anak didik merasa tidak bisa lepas dari rokok dan rokok sudah menjadi kebutuhan sehari-hari karena dengan merokok mereka mendapat ketenangan, meskipun hanya sesaat. Selain dengan merokok, anak didik juga menunjukkan perilaku koping secara imajiner, yaitu dengan melamun. Mereka membayangkan kebebasan yang pernah didapatkan dan membayangkan betapa bebasnya hidup di luar.

Terkait dengan bentuk-bentuk strategi *coping* sebagaimana yang dijelaskan oleh Moos (dalam Mohino, Kirchner, Forns, 2004), Cara *coping* yang paling sering digunakan oleh para subjek yaitu mengikuti kegiatan Lapas, berdoa, melamun, diam dikamar, bersabar, mencoba mentaati aturan, menggunakan *coping* berupa pikiran bahwa ia bisa menyelesaikan masalah, juga bahwa keberadaannya di lembaga pemasyarakatan adalah risiko perbuatannya.

Berdasarkan penjelasan di atas dapat disimpulkan para subjek penelitian ini lebih banyak menggunakan strategi koping baik secara kognitif maupun secara perilaku tetapi tidak yang secara langsung menyelesaikan masalah. Kondisi ini dapat dipahami karena sedikitnya pilihan dan control narapidana terhadap pilihan-pilihan kehidupan mereka ketika berada di lembaga pemasyarakatan sehingga mereka lebih memilih strategi-strategi yang tidak secara langsung berfokus pada penyelesaian masalah.

Hasil itu sejalan dengan Boekarts (1996) dan Compass (1987) bahwa baik *coping* berfokus emosi ataupun berfokus masalah dapat dilakukan dengan metode perilaku dan kedua fungsi koping tersebut merupakan hal yang penting bagi adaptasi stress secara berhasil. Di sisi lain sebagaimana yang ditekankan oleh Hollahan, Moos, Schaefer, (1994), model koping dipandang sebagai hal yang bersifat kontekstual dan merupakan sebuah respon terhadap situasi yang spesifik daripada sebagai sebuah sifat kepribadian. Pada saat awal masuk Lapas anak didik cenderung menggunakan emotional focused coping sebagai media untuk mengahasi

masalahnya, namun seiring berjalannya masa penahanan anak didik Lapas cenderung menggunakan problem focused coping untuk mengatasi stres, hal ini dilakukan dengan mengikuti berbagai kegiatan yang ada di Lapas.

Secara teoritis, pemilihan tipe coping stres akan mempengaruhi keberhasilan pencapaian kesejahteraan psikologis yang diharapkan (Aldwin, 1987). Dalam penelitian ini anak didik lapas cenderung menggunakan tipe problem focused coping.

Kecenderungan menggunakan problem focused coping disebabkan oleh ketidakmampuan anak didik dalam mengubah langsung kondisi ketertekanan di Lapas. Problem focused coping sesungguhnya lebih cocok untuk keadaan yang tidak dapat dikontrol dimana seseorang tersebut tidak mampu mengubah keadaan tersebut hanya dengan mengubah keadaan dengan kemampuannya sendiri (Hernandez, 2008). Anak didik lapas cenderung untuk mengikuti kegiatan yang dilakukan di Lapas seperti bermain musik.

Toch dan Adams (Bartoll, 1994, h. 366) menunjukkan bahwa pengalaman dipenjara juga memberikan efek positif bagi beberapa narapidana. Perilaku narapidana akan menjadi lebih baik ketika mereka memahami hubungan antara perbuatan dan konsekuensi positif atau negatif yang diterima selama dipenjara. Perilaku pada masa lalu yang kurang baik disadari mereka dan berkeinginan untuk merubah perilakunya menjadi lebih baik.

Upaya-upaya tersebut dilakukan untuk mencapai kesejahteraan psikologis yang pada awal mereka masuk tidak dapat dicapainya. Perubahan yang dapat terlihat yaitu pada penerimaan dirinya, ketiga subjek telah mampu menerima hukuman yang harus dijalani di lembaga pemasyarakatan dengan segala kondisinya. Tidak ada usaha mereka untuk lari dari tanggung jawab, bahkan mereka sadar bahwa mereka tidak ingin bermasalah lagi. Hukuman penjara sudah dirasa jera. Namun rasa malu akan statusnya sebagai narapidana tidak dapat disangkal anak didik Lapas.

4.5 Keterbatasan Penelitian

Dalam melakukan penelitian ini, peneliti memiliki beberapa keterbatasan, yaitu antara lain :

- a. Keterbatasan dalam memperoleh referensi dan hasil penelitian mengenai variabel yang akan diteliti.
- b. Sampel penelitian terbatas pada Lembaga Pemasyarakatan pria Tangerang sehingga hasil penelitian tidak dapat digeneralisasikan pada narapidana pria di seluruh Indonesia.
- c. Peneliti tidak memiliki kebebasan dalam menentukan teknik sampling yang akan digunakan karena penentuan sampel dilakukan oleh pihak Lapas.
- d. Jumlah butir item yang banyak menyebabkan responden mengalami kejenuhan dalam mengisi kuesioner dan memungkinkan terjadinya kesalahan.

BAB V

KESIMPULAN, IMPLIKASI, DAN SARAN

5.1 Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian yang diperoleh, dapat ditarik kesimpulan bahwa terdapat pengaruh coping stress terhadap kesejahteraan psikologis sebesar 7,3% pada narapidana remaja. Narapidana remaja menggunakan kedua tipe coping stress tersebut, yaitu *problem focus coping* dan *emotion focus coping*, namun lebih banyak dari mereka yang menggunakan *problem focus coping*.

5.2 Implikasi

Berdasarkan penelitian yang dilakukan, maka implikasi dari penelitian ini yaitu, coping stress memiliki pengaruh yang positif terhadap kesejahteraan psikologis pada narapidana di lembaga pemasyarakatan klas IIA tangerang. Jika masing-masing narapidana yang mengalami stress dapat melakukan coping stress dengan baik, maka mereka akan memiliki kesejahteraan psikologis yang baik. Sebaliknya pada narapidana yang tidak mampu melakukan coping stress dengan baik maka akan memiliki kesejahteraan psikologis yang rendah.

Narapidana yang memiliki kesejahteraan psikologis yang baik, mampu mengatasi permasalahannya dengan positif, dapat mengembangkan dirinya walau didalam lembaga pemasyarakatan, lebih memiliki pandangan positif tentang masa depan setelah menyelesaikan masa hukuman, dan mampu menunjukkan nilai-nilai positif yang ada dalam dirinya. Sedangkan bagi narapidana yang memiliki kesejahteraan psikologis yang rendah, maka akan sulit sekali menjalani masa hukuman dengan pandangan yang positif, gagal dalam mengembangkan diri, dan menyelesaikan permasalahan dengan cara yang destruktif atau kearah yang negative.

Oleh karena itu, coping stress menjadi hal yang penting untuk dapat dilakukan oleh para narapidana untuk dapat mengatasi stress dan menghadapi segala permasalahan. Adapun untuk menunjang hal itu di perlukan peran serta aktif dari pihak lembaga pemasyarakatan, lingkungan social, dan pemerintah untuk dapat berkontribusi dalam hal tersebut.

5.3 Saran

Berdasarkan hasil penelitian, dapat dikemukakan saran-saran sebagai berikut:

1. Bagi anak didik Lapas
 - a. Diharapkan untuk terus berusaha mempertahankan tingkat kesejahteraan psikologis mereka.
 - b. Diharapkan untuk dapat membiasakan emotion focused coping guna menyeimbangkan coping stres agar masalah/stressor dapat teratasi dengan baik.
 - c. Diharapkan dapat mengembangkan bakat yang dimiliki saat berada di Lapas agar memiliki bakat ketrampilan sebagai bekal keluar nanti.
2. Bagi pengelola Lapas
 - a. Menggerakkan Segala kegiatan pembinaan yang bermanfaat bagi kemajuan narapidana dan membuat narapidana lebih berarti karena memiliki bekal keterampilan untuk keluar nanti.
 - b. Memonitor kembali tingkatan-tingkatan yang ada diantara narapidana yang cenderung membedakan antara narapidana dan tahanan serta narapidana yang lama dengan narapidana yang baru. Pengawasan ini bertujuan agar tidak lagi terjadi kesewenang-wenangan diantara narapidana yang menimbulkan stress.

3. Bagi peneliti selanjutnya

Bagi peneliti selanjutnya, khususnya ilmuwan psikologi yang tertarik untuk mengadakan penelitian dengan tema yang sama, diharapkan untuk melakukan penelitian kualitatif dan mencermati faktor lain yang dapat mempengaruhi psychological well being yang belum diungkap dalam penelitian ini, misalnya dukungan sosial, jenis kelamin, dan lama masa penahanan.

DAFTAR PUSTAKA

- Aday, H.A. (1994). Aging in prison: A case study of new elderly offenders. *International Journal of Offenders' Therapy*.
- Baihaqi, M.I.F. 2008. *Psikologi Pertumbuhan: Kepribadian Sehat Untuk Membangun Optimisme*. Bandung: Rosda
- Bartol, Curt. L. 1994. *Psychology and Law*. California: Wadsworth Inc.
- Chaplin, J. P. 2008. *Kamus Lengkap Psikologi*. Jakarta: Rajawali Press
- Dodge, R., Daly, A., Huyton, J., & Sanders, L. (2012). The challenge of defining wellbeing. *International Journal of Wellbeing*
- Eid, Michael; Larsen, Randy J. 2008. *The Science of Kesejahteraan subyektif*. New York: The Guilford Press
- Evans, C. Ehlers, A. Mezey, G. & Clark, DM. (2007). Intrusive memories and ruminations related to violent crime among young offenders: phenomenological characteristics. *Journal of Traumatic Stress*.
- Grant, K.Z., Compas, B.C., Thurm, A.E., McMahon, S.D. & Gipson, P.Y. (2003). Stressors and child and adolescent psychopathology: Moving from Markers to Mechanisms Risks. *Psychological Bulletin*.
- Holmes, T. H., & Rahe, R. H. (1967). The social readjustment rating scale. *Journal of psychosomatic research*
- Ingram, R.E. & Luxton, D.D. (tanpa tahun). *Vulnerability-Stress Models*. http://www.sagepub.com/upm-data/5348_Hankin_Final_pdf_Chapter_2.pdf. Diakses 15 Maret 2014
- Ireland, J.L., Boustead, R., Ireland, C.A. (2005). *Coping Style And Psychological Health Among Adolescent Prisoners: A Study Of Young And Juvenile Offenders*.

- Lazarus & Folkman. (1986). *Stress, Appraisal and Coping*. New York: Springer
- Larkin, T. (2005). *Stress And Hypertension: Examining The Relation Between Psychological Stress And High Blood Pressure*. London: Yale University Press
- Leadbeater, B. J & Galambos, N. L. (2000). Trends in Adolescents research for The New Millenium. *International of Behaviour Development*
- Mohino, S., Kirchner, T. & Forns, M. (2004). Coping strategies in young male prisoners. *Journal of Youth and Adolescence*.
- Nevid, Jeffrey S. 2005. *Psikologi Abnormal Jilid 1*. Jakarta: Erlangga
- Ryan, R.,M and Deci, E.,L.(2001). On Happiness And Human Potentials: A Review Of Research On Hedonic And Eudaimonicwell-Being. *Annual Review of Psychologi*. University of Illinois Chichago
- Ryff and V.W. Marshall (Eds.) (1999). *The Self and Society in Aging Processss*. New York: Springer
- Ryff, C. D. (1989). Hapiness is everything, or is it? Explora-tions on the meaning of psychological wellbeing. *Journal of Personality and Social Psychology*
- Santrock. (2002). *Life-Span Development: Perkembangan Masa Hidup.(edisi kelima)*. Jakarta: Erlangga
- Santrock. (2003). *Adolescence*. Jakarta: Erlangga
- Sarafino, E. P. (2006). *Health Psycology, Biopsychosocial Interavtions (4rd ed)*. USA: John Wiley & Sons
- Silawaty, I. & Ramdhan, M. (2007). Peran agama terhadap penyesuaian diri narapidana di dalam lembaga pemasyarakatan. *Jurnal Psikologi Sosial Universitas Indonesia*

- Smet, B. (1994). *Psikologi Kesehatan*. Jakarta : PT. Gramedia Widiasarana Indonesia
- Supeno, H. (2010). *Kriminalisasi anak: Tawaran gagasan radikal peradilan anak tanpa pemidanaan*. Jakarta: Gramedia Pustaka Utama
- Snyders, C.R; Lopez, Shane J. 2002. *Handbook of Possitive Psychology*. New York: Oxford University Press
- Armeini, Anna R., & Dyah Ratna S. 2009.*prosedur penelitian: statistic praktis SPSS*. Yogyakarta: Pustaka Belajar
- Pamangsah, Anang (2008) *Strategi Coping Pengguna Narkotika dan Obat Terlarang* [online] Didapat dari <http://pamangsah.blogspot.com/2008/10/strategicoping-pengguna-narkotika-dan.html> diakses pada tanggal 16 Maret 2014
- Papalia, D. E., Olds, S. W., & Feldman, R. D. (2001). *Human development (8th ed)*. Boston: McGraw-Hill
- Pujileksono, S. (2012). Total negotiated order di lembaga pemasyarakatan: Studi fenomenologi tentang pengalaman petugas dan narapidana dalam negotiated order di lembaga pemasyarakatan klas I Lowokwaru Malang. *Disertasi*. Universitas Airlangga
- Yulia, S. (2008). *Faktor-faktor risiko dan protektif remaja delinkuen di Lembaga Pemasyarakatan Anak Blitar*. Laporan Penelitian Fakultas Psikologi UIN Malang
- Yusuf, Syamsu. 2004. *Mental Hygine: Pengembangan Kesehatan Mental dalam Kajian Psikologi dan Agama*. Bandung: Penerbit Bani Quraisy

Lampiran1

Descriptives

USIA

Descriptive Statistics

	N	Range	Minimum	Maximum	Sum	Mean	Std. Deviation	Variance	Skewness		Kurtosis	
	Statistic	Statistic	Statistic	Statistic	Statistic	Statistic	Statistic	Statistic	Statistic	Std. Error	Statistic	Std. Error
Usia	61	7	15	22	1086	17.80	1.515	2.294	.941	.306	.937	.150
Valid N (listwise)	61											

Reliabilitas perdimensi

Scale: problem coping stres

Case Processing Summary

		N	%
Cases	Valid	61	100.0
	Excluded ^a	0	.0
	Total	61	100.0

a. Listwise deletion based on all variables in the procedure.

Reliability Statistics

Cronbach's Alpha	N of Items
.572	11

Scale Statistics

Mean	Variance	Std. Deviation	N of Items
------	----------	----------------	------------

Scale Statistics

Mean	Variance	Std. Deviation	N of Items
34.79	13.437	3.666	11

Scale: emotional coping stres

Case Processing Summary

	N	%
Cases Valid	61	100.0
Excluded ^a	0	.0
Total	61	100.0

a. Listwise deletion based on all variables in the procedure.

Reliability Statistics

Cronbach's Alpha	N of Items
.178	11

Scale Statistics

Mean	Variance	Std. Deviation	N of Items
32.77	7.546	2.747	11

Scale: Reliabilitas Coping stress

Case Processing Summary

	N	%
Cases Valid	61	100.0
Excluded ^a	0	.0
Total	61	100.0

Case Processing Summary

		N	%
Cases	Valid	61	100.0
	Excluded ^a	0	.0
	Total	61	100.0

a. Listwise deletion based on all variables in the procedure.

Reliability Statistics

Cronbach's Alpha	N of Items
.485	22

Item-Total Statistics

	Scale Mean if Item Deleted	Scale Variance if Item Deleted	Corrected Item-Total Correlation	Cronbach's Alpha if Item Deleted
item_2	64.79	20.470	.269	.443
item_4	65.00	21.733	.153	.471
item_5	64.59	23.613	-.060	.510
item_6	64.30	22.145	.210	.463
item_7	64.57	21.882	.110	.481
item_8	64.28	20.704	.398	.428
item_9	64.30	21.245	.349	.440
item_10	63.93	21.562	.348	.445
item_11	64.57	21.982	.180	.466
item_12	64.11	21.203	.385	.437
item_13	63.90	21.857	.195	.463
item_15	64.30	21.711	.350	.447
item_16	64.64	23.634	-.063	.511

item_17	64.95	23.914	-.102	.520
item_18	64.67	21.824	.247	.457
item_19	64.66	23.796	-.069	.505
item_20	64.75	22.189	.095	.483
item_21	64.20	22.294	.170	.469
item_22	64.54	22.486	.085	.484
item_23	64.46	23.652	-.074	.517
item_24	65.34	23.563	-.062	.514
item_25	63.85	20.995	.384	.433

Reliabilitas PWB perdimensi

Scale: PENERIMAAN DIRI

Case Processing Summary

		N	%
Cases	Valid	35	100.0
	Excluded ^a	0	.0
	Total	35	100.0

a. Listwise deletion based on all variables in the procedure.

Reliability Statistics

Cronbach's Alpha	N of Items
.434	14

Scale: TUJUAN HIDUP

Case Processing Summary

		N	%
Cases	Valid	35	100.0
	Excluded ^a	0	.0

Total	35	100.0
-------	----	-------

a. Listwise deletion based on all variables in the procedure.

Reliability Statistics

Cronbach's Alpha	N of Items
.583	14

Scale: HUB.POSITIF DG ORLA

Case Processing Summary

	N	%
Cases Valid	35	100.0
Excluded ^a	0	.0
Total	35	100.0

a. Listwise deletion based on all variables in the procedure.

Reliability Statistics

Cronbach's Alpha	N of Items
.541	14

Scale: PERTUMBUHAN PRIBADI

Case Processing Summary

	N	%
--	---	---

Cases	Valid	35	100.0
	Excluded ^a	0	.0
	Total	35	100.0

a. Listwise deletion based on all variables in the procedure.

Reliability Statistics

Cronbach's Alpha	N of Items
.722	14

Scale: PENGUASAAN LINGKUNGAN

Case Processing Summary

	N	%
Cases Valid	35	100.0
Excluded ^a	0	.0
Total	35	100.0

a. Listwise deletion based on all variables in the procedure.

Reliability Statistics

Cronbach's Alpha	N of Items
.737	13

Scale: OTONOMI

Reliability Statistics

Cronbach's Alpha	N of Items
.164	14

Case Processing Summary

		N	%
Cases	Valid	61	100.0
	Excluded ^a	0	.0
	Total	61	100.0

a. Listwise deletion based on all variables in the procedure.

RELIABILITAS PWB

Reliability Statistics

Cronbach's Alpha	N of Items
.903	42

Item-Total Statistics

	Scale Mean if Item Deleted	Scale Variance if Item Deleted	Corrected Item-Total Correlation	Cronbach's Alpha if Item Deleted
Item2	179.23	522.146	.046	.906
item4	178.13	499.716	.418	.901
item9	177.77	486.913	.649	.898
item11	176.98	496.883	.501	.900
item15	178.33	498.691	.448	.901
item16	177.33	512.024	.269	.903
item17	177.48	488.187	.600	.898
item18	179.08	511.910	.250	.903
item20	179.43	508.315	.319	.902
item22	177.90	492.923	.523	.900

item27	178.57	492.115	.620	.898
item28	176.98	510.816	.309	.902
item29	178.00	510.533	.224	.904
item30	177.26	501.263	.550	.900
item31	178.72	485.204	.603	.898
item32	178.16	506.706	.304	.903
item33	177.16	519.173	.156	.904
item35	177.56	488.251	.538	.899
item36	177.66	515.096	.157	.905
Item37	177.28	508.971	.373	.902
Item39	176.95	511.614	.332	.902
Item40	177.28	498.971	.532	.900
Item41	177.95	482.648	.688	.897
Item42	177.85	488.061	.621	.898
Item43	178.28	489.871	.553	.899
Item48	177.30	515.945	.178	.904
item49	177.38	507.572	.385	.902
item51	177.05	511.281	.360	.902
item52	177.08	509.410	.419	.901
item53	176.90	509.390	.364	.902
item60	178.43	503.215	.365	.902
item61	178.13	497.883	.414	.901
item62	178.92	499.710	.376	.902
item63	178.13	499.449	.355	.902
item64	176.67	506.724	.407	.901
item67	177.26	510.730	.298	.902
item69	177.44	505.251	.476	.901
item70	176.87	513.483	.340	.902
item75	178.36	502.768	.331	.902
item76	178.07	480.062	.585	.898
item81	178.44	497.451	.360	.902
item82	176.95	500.948	.417	.901

Lampiran 2

UJI NORMALITAS

Case Processing Summary

	Cases					
	Valid		Missing		Total	
	N	Percent	N	Percent	N	Percent
PWB	61	100.0%	0	.0%	61	100.0%
coping_stres	61	100.0%	0	.0%	61	100.0%

Descriptives

				Statistic	Std. Error
PWB	Mean			182.11	2.936
	95% Confidence Interval for	Lower Bound		176.24	
	Mean	Upper Bound		187.99	
	5% Trimmed Mean			182.26	
	Median			184.00	
	Variance			525.903	

	Std. Deviation	22.933	
	Minimum	133	
	Maximum	229	
	Range	96	
	Interquartile Range	32	
	Skewness	-.232	.306
	Kurtosis	-.450	.604
coping_stres	Mean	67.56	.624
	95% Confidence Interval for Mean	Lower Bound	66.31
		Upper Bound	68.81
	5% Trimmed Mean	67.77	
	Median	68.00	
	Variance	23.784	
	Std. Deviation	4.877	
	Minimum	54	
	Maximum	76	
	Range	22	
	Interquartile Range	6	
	Skewness	-.618	.306
	Kurtosis	.374	.604

Tests of Normality

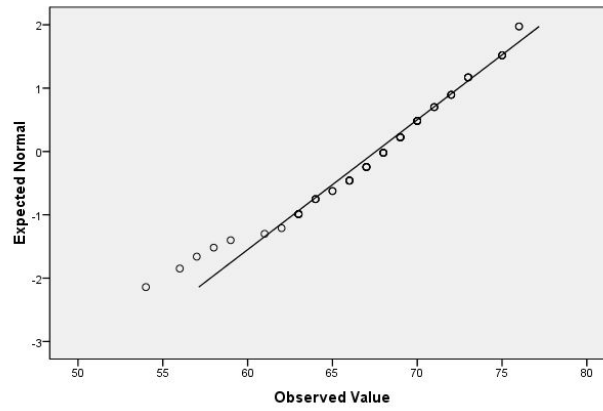
	Kolmogorov-Smirnov ^a			Shapiro-Wilk		
	Statistic	df	Sig.	Statistic	df	Sig.
PWB	.058	61	.200*	.981	61	.456
coping_stres	.096	61	.200*	.966	61	.085

a. Lilliefors Significance Correction

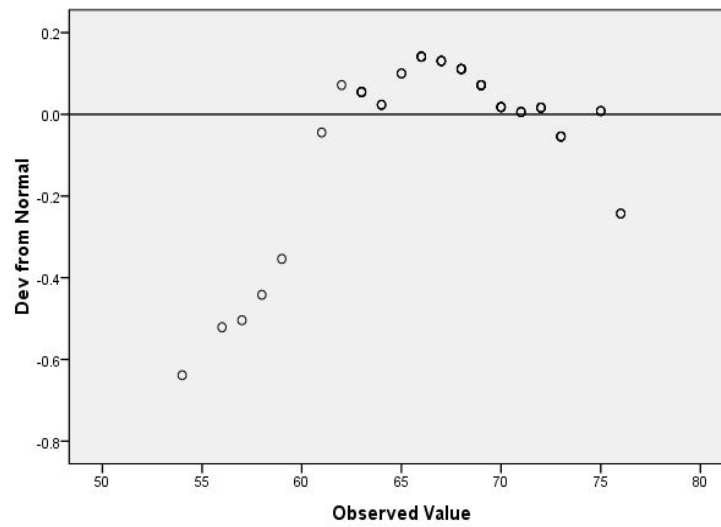
*. This is a lower bound of the true significance.

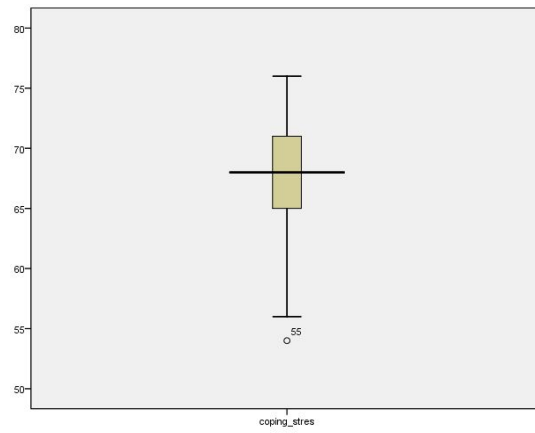
coping_stres

Normal Q-Q Plot of coping_stres



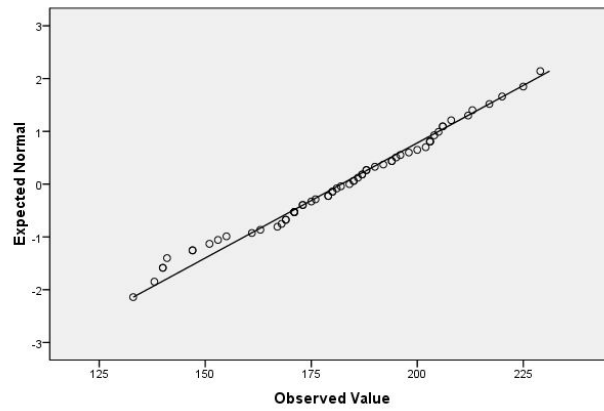
Detrended Normal Q-Q Plot of coping_stres

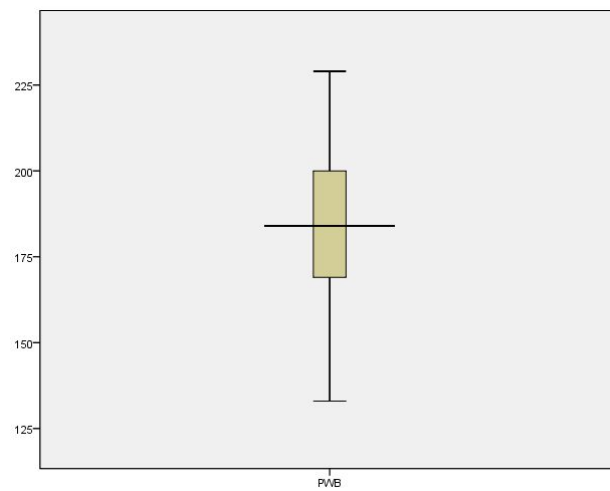
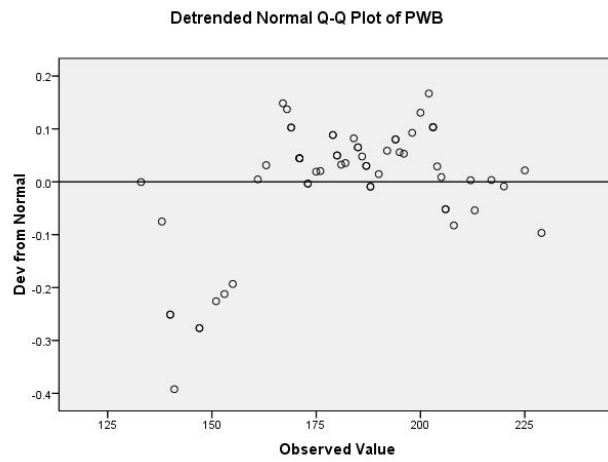




PWB

Normal Q-Q Plot of PWB





UJI LINEARITAS

Means

Case Processing Summary

	Cases					
	Included		Excluded		Total	
	N	Percent	N	Percent	N	Percent
PWB * coping_stres	61	100.0%	0	.0%	61	100.0%

Report

PWB

coping_ stres	Mean	N	Std. Deviation
54	195.00	1	.
56	212.00	1	.
57	147.00	1	.
58	133.00	1	.
59	171.00	1	.
61	138.00	1	.
62	225.00	1	.
63	168.80	5	11.234
64	169.33	3	16.803
65	181.50	2	17.678
66	176.20	5	21.970
67	193.40	5	18.105
68	166.00	6	16.468
69	191.17	6	15.224
70	188.50	6	27.443
71	180.67	3	34.443
72	186.75	4	7.365
73	193.75	4	24.019
75	188.00	3	19.519

76	211.50	2	7.778
Total	182.11	61	22.933

ANOVA Table

			Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig.
PWB * coping_stres	Between Groups	(Combined)	15561.230	19	819.012	2.100	.023
		Linearity	2806.066	1	2806.066	7.194	.010
		Deviation from Linearity	12755.164	18	708.620	1.817	.057
	Within Groups		15992.967	41	390.072		
	Total		31554.197	60			

Measures of Association

	R	R Squared	Eta	Eta Squared
PWB * coping_stres	.298	.089	.702	.493

ANALISIS DESKRIPTIF

Frequencies Coping stres

Statistics

coping_stres

N	Valid	61
	Missing	0
	Mean	67.56
	Median	68.00
	Mode	68 ^a
	Std. Deviation	4.877
	Variance	23.784
	Skewness	-.618

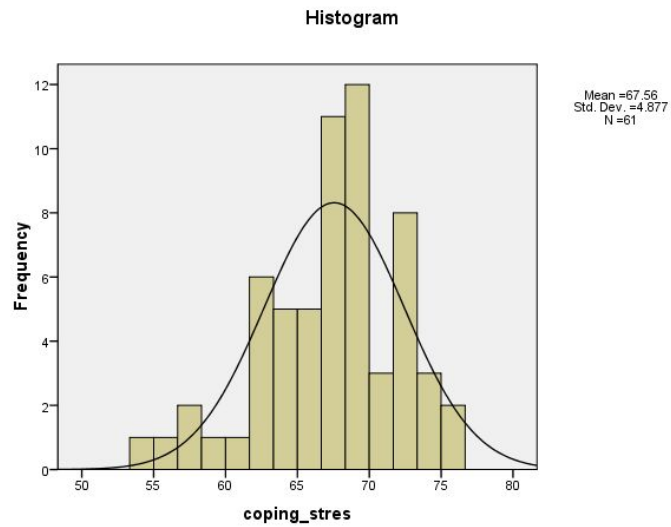
Std. Error of Skewness	.306
Kurtosis	.374
Std. Error of Kurtosis	.604
Range	22
Minimum	54
Maximum	76
Sum	4121

a. Multiple modes exist. The smallest value is shown

coping_stres

	Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid 54	1	1.6	1.6	1.6
56	1	1.6	1.6	3.3
57	1	1.6	1.6	4.9
58	1	1.6	1.6	6.6
59	1	1.6	1.6	8.2
61	1	1.6	1.6	9.8
62	1	1.6	1.6	11.5
63	5	8.2	8.2	19.7
64	3	4.9	4.9	24.6
65	2	3.3	3.3	27.9
66	5	8.2	8.2	36.1
67	5	8.2	8.2	44.3
68	6	9.8	9.8	54.1
69	6	9.8	9.8	63.9
70	6	9.8	9.8	73.8
71	3	4.9	4.9	78.7
72	4	6.6	6.6	85.2

73	4	6.6	6.6	91.8
75	3	4.9	4.9	96.7
76	2	3.3	3.3	100.0
Total	61	100.0	100.0	



Frequencies PWB

Statistics

PWB

N	Valid	61
	Missing	0
	Mean	182.11
	Median	184.00
	Mode	171
	Std. Deviation	22.933
	Variance	525.903
	Skewness	-.232
	Std. Error of Skewness	.306
	Kurtosis	-.450
	Std. Error of Kurtosis	.604
	Range	96

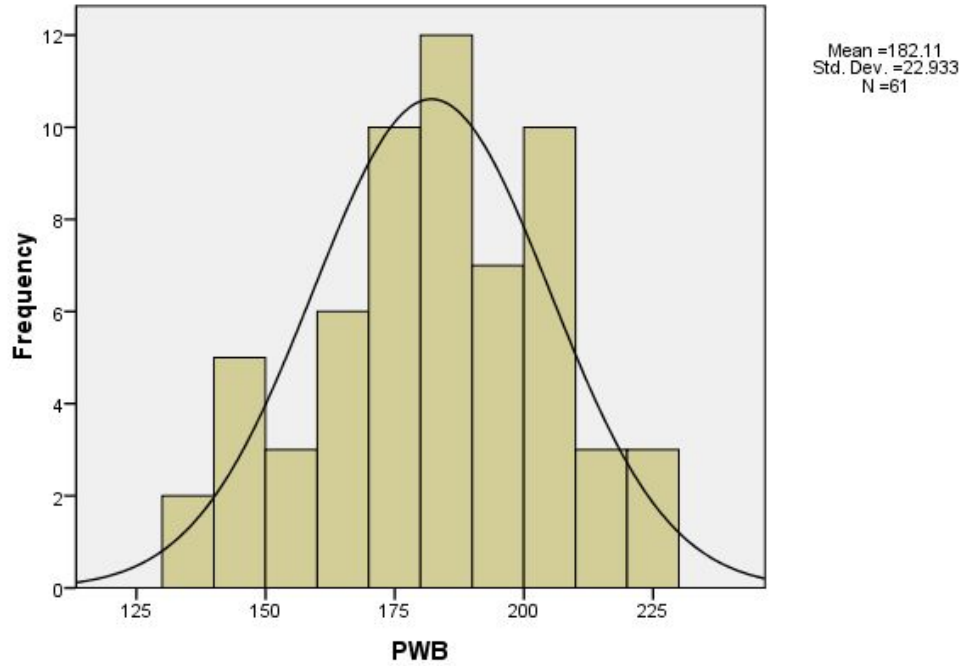
Minimum	133
Maximum	229
Sum	11109

PWB

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	133	1	1.6	1.6	1.6
	138	1	1.6	1.6	3.3
	140	2	3.3	3.3	6.6
	141	1	1.6	1.6	8.2
	147	2	3.3	3.3	11.5
	151	1	1.6	1.6	13.1
	153	1	1.6	1.6	14.8
	155	1	1.6	1.6	16.4
	161	1	1.6	1.6	18.0
	163	1	1.6	1.6	19.7
	167	1	1.6	1.6	21.3
	168	1	1.6	1.6	23.0
	169	2	3.3	3.3	26.2
	171	4	6.6	6.6	32.8
	173	2	3.3	3.3	36.1
	175	1	1.6	1.6	37.7
	176	1	1.6	1.6	39.3
	179	2	3.3	3.3	42.6
	180	2	3.3	3.3	45.9
	181	1	1.6	1.6	47.5
	182	1	1.6	1.6	49.2
	184	1	1.6	1.6	50.8
	185	2	3.3	3.3	54.1

186	1	1.6	1.6	55.7
187	2	3.3	3.3	59.0
188	2	3.3	3.3	62.3
190	1	1.6	1.6	63.9
192	1	1.6	1.6	65.6
194	2	3.3	3.3	68.9
195	1	1.6	1.6	70.5
196	1	1.6	1.6	72.1
198	1	1.6	1.6	73.8
200	1	1.6	1.6	75.4
202	1	1.6	1.6	77.0
203	3	4.9	4.9	82.0
204	1	1.6	1.6	83.6
205	1	1.6	1.6	85.2
206	2	3.3	3.3	88.5
208	1	1.6	1.6	90.2
212	1	1.6	1.6	91.8
213	1	1.6	1.6	93.4
217	1	1.6	1.6	95.1
220	1	1.6	1.6	96.7
225	1	1.6	1.6	98.4
229	1	1.6	1.6	100.0
Total	61	100.0	100.0	

Histogram



Correlations

Correlations

		coping_stres	PWB
coping_stres	Pearson Correlation	1	.298*
	Sig. (2-tailed)		.020
	N	61	61
PWB	Pearson Correlation	.298*	1
	Sig. (2-tailed)	.020	
	N	61	61

*. Correlation is significant at the 0.05 level (2-tailed).

ANALISIS Regression

Descriptive Statistics

	Mean	Std. Deviation	N
PWB	182.11	22.933	61
coping_stres	67.56	4.877	61

Correlations

		PWB	coping_stres
Pearson Correlation	PWB	1.000	.298
	coping_stres	.298	1.000
Sig. (1-tailed)	PWB	.	.010
	coping_stres	.010	.
N	PWB	61	61
	coping_stres	61	61

Variables Entered/Removed^b

Model	Variables Entered	Variables Removed	Method
1	coping_stres ^a	.	Enter

a. All requested variables entered.

b. Dependent Variable: PWB

Model Summary

Model	R	R Square	Adjusted R Square	Std. Error of the Estimate
1	.298 ^a	.089	.073	22.074

a. Predictors: (Constant), coping_stres

ANOVA^b

Model	Sum of Squares	Df	Mean Square	F	Sig.
1 Regression	2806.066	1	2806.066	5.759	.020 ^a
Residual	28748.130	59	487.256		
Total	31554.197	60			

a. Predictors: (Constant), coping_stres

b. Dependent Variable: PWB

Coefficients^a

Model	Unstandardized Coefficients		Standardized Coefficients	t	Sig.
	B	Std. Error	Beta		
1 (Constant)	87.382	39.577		2.208	.031
coping_stres	1.402	.584	.298	2.400	.020

a. Dependent Variable: PWB

Correlations**Correlations**

		coping_stres	PWB
coping_stres	Pearson Correlation	1	.298*
	Sig. (2-tailed)		.020
	N	61	61
PWB	Pearson Correlation	.298*	1
	Sig. (2-tailed)	.020	
	N	61	61

*. Correlation is significant at the 0.05 level (2-tailed).

DAFTAR RIWAYAT HIDUP



Rima Windarti lahir pada tahun 1990 di Bogor pada tanggal 22 Maret, penulis merupakan anak kedua dari tiga bersaudara pasangan H.Slamet Riyadi dan Hj.Sukarti.

Penulis mengawali pendidikan formal di TK Lukman Hakim pada tahun 1995-1996, kemudian melanjutkan pendidikan dasar pada tahun 1996-2002 di SDN Sukamaju 1 Depok. Dilanjutkan kembali menempuh pendidikan SMP, di SMPN 7 Depok pada tahun 2002-2005 dan melanjutkan ke jenjang SMA di SMA Plus PGRI Cibinong pada tahun 2005-2008.

Penulis melanjutkan pendidikan di Universitas Negeri Jakarta (UNJ) pada tahun 2008 melalui jalur PMDK. Penulis diterima di Fakultas Ilmu Pendidikan Program Studi Psikologi.

Penulis pernah melakukan Program Kerja Psikologi (PKP) di Dinas Pendidikan Provinsi DKI Jakarta (DISDIK Prov.DKI) bagian Manajemen TK/SD/PLB pada bulan Februari, Maret, April tahun 2012.

Penulis dapat di hubungi melalui email ima.strawberry@gmail.com

Berilah Tanda (✓) Pada Setiap Pernyataan Yang Sesuai Dengan Diri Anda.

No.	Pernyataan	SS	S	AS	ATS	TS	STS
1.	Banyak orang melihat saya sebagai pribadi yang penuh rasa cinta dan kasih sayang.						
2.	Saya terkadang mengubah cara saya bersikap dan berpikir seperti cara orang-orang disekitar saya.						
3.	Pada umumnya, saya merasa bertanggung jawab terhadap situasi yang saya alami.						
4.	Saya tidak tertarik dengan berbagai macam kegiatan kreativitas dan pelatihan yang dilakukan disini.						
5.	Saya merasa baik-baik saja ketika berpikir tentang hal-hal yang telah saya lakukan dimasa lalu dan harapan yang akan saya lakukan di masa depan.						
6.	Ketika saya mengingat cerita hidup saya, saya senang dengan perubahan yang telah terjadi.						
7.	Saya mengalami kesulitan dan frustasi dalam mempertahankan hubungan dekat.						
8.	Saya tidak takut untuk mengutarakan pendapat saya meskipun bertentangan dengan pendapat orang banyak.						
9.	Kehidupan saya sehari-hari sering membuat saya patah semangat.						
10.	Pada umumnya, saya merasa bahwa saya terus banyak belajar tentang diri saya sendiri seiring dengan berjalannya waktu.						
11.	Saya menjalani hidup saya saat ini dan tidak terlalu memikirkan masa depan.						
12.	Pada umumnya, saya merasa percaya diri dan positif tentang diri saya.						
13.	Saya sering merasa kesepian karena saya hanya mempunyai sedikit teman dekat untuk berbagi cerita.						
14.	Keputusan saya biasanya tidak dipengaruhi oleh sikap dan perilaku orang lain.						
No.	Pernyataan	SS	S	AS	ATS	TS	STS
15.	Saya merasa sangat tidak cocok dengan orang-orang di dalam LAPAS .						
16.	Saya termasuk tipe orang yang suka mencoba hal-hal baru.						

17.	Saya cenderung fokus pada masa sekarang karena masa depan hampir selalu membawa masalah bagi saya.						
18.	Saya merasa bahwa sepertinya banyak orang yang saya kenal mendapatkan hal-hal yang lebih baik dibandingkan dengan saya.						
19.	Saya menikmati percakapan dengan anggota keluarga atau teman.						
20.	Saya cenderung khawatir dengan pemikiran orang terhadap saya.						
21.	Saya cukup baik dalam melaksanakan berbagai tanggung jawab kehidupan saya sehari-hari.						
22.	Saya tidak ingin mencoba hal-hal baru dalam melakukan sesuatu - hidup saya baik-baik saja seperti ini.						
23.	Saya memiliki arah dan tujuan dalam hidup.						
24.	Jika diberi kesempatan, ada banyak hal tentang diri saya yang saya inginkan untuk berubah.						
25.	Menjadi pendengar yang baik adalah sesuatu yang penting bagi saya ketika teman dekat saya bercerita tentang masalah mereka.						
26.	Merasa bahagia dengan diri saya sendiri lebih penting daripada membuat orang lain untuk mau menerima saya.						
27.	Saya sering merasa kewalahan dengan tanggung jawab saya.						
28.	Memiliki pengalaman baru yang menantang cara berpikir anda tentang diri sendiri dan dunia adalah sesuatu yang penting.						
29.	Kegiatan saya sehari-hari sering terlihat remeh dan tidak penting bagi saya.						
30.	Saya suka dengan hampir semua aspek kepribadian saya.						
No.	Pernyataan	SS	S	AS	ATS	TS	STS
31.	Saya tidak memiliki banyak orang yang bisa mendengarkan saya ketika saya membutuhkan teman bicara.						
32.	Saya cenderung mudah dipengaruhi oleh orang-orang yang memberikan pendapat yang kuat.						
33.	Seandainya saya merasa tidak bahagia dengan situasi kehidupan saya, saya akan mengambil langkah-langkah efektif untuk mengubahnya.						
34.	Ketika saya berpikir tentang kehidupan, saya						

	merasa benar-benar belum mengalami peningkatan yang berarti seperti yang dialami oleh orang lain alami selama bertahun-tahun.						
35.	Saya merasa tidak mempunyai rencana yang baik tentang hal-hal yang ingin saya capai dalam hidup ini.						
36.	Saya pernah membuat kesalahan di masa lalu, tetapi saya merasa bahwa semua masalah telah diselesaikan demi kebaikan.						
37.	Saya merasa bahwa saya mendapatkan banyak hal di luar hubungan pertemanan saya.						
38.	Orang-orang jarang berbicara dengan saya tentang hal-hal yang tidak ingin saya lakukan.						
39.	Saya biasanya dapat mengatur kehidupan pribadi saya dengan baik.						
40.	Menurut pandangan saya, orang-orang dengan berbagai kategori usia mampu untuk tumbuh dan berkembang.						
41.	Dahulu, saya terbiasa untuk menetapkan tujuan hidup saya, tetapi saat ini, hal tersebut sepertinya hanya membuang waktu saya.						
42.	Dalam banyak hal, saya merasa kecewa dengan pencapaian hidup saya.						
43.	Saya merasa bahwa orang lain tampaknya mempunyai teman lebih banyak daripada saya.						
No.	Pernyataan	SS	S	AS	ATS	TS	STS
44.	Mampu menyesuaikan diri dengan pendapat orang lain itu lebih penting bagi saya daripada berpegang teguh pada pendapat sendiri.						
45.	Saya merasa tertekan jika saya tidak dapat mengerjakan semua hal yang harus saya lakukan setiap hari.						
46.	Seiring berjalannya waktu, saya telah banyak mendapatkan pengalaman hidup yang membuat saya menjadi seseorang yang lebih kuat dan cakap.						
47.	Saya senang membuat rencana untuk masa depan dan berusaha untuk mewujudkannya hingga menjadi kenyataan.						
48.	Saya bangga dengan diri saya dan kehidupan yang saya jalani.						
49.	Orang lain menggambarkan diri saya sebagai pribadi yang suka memberi dan rela membagi waktu untuk orang lain.						

50.	Saya yakin dengan pendapat saya meskipun bertentangan dengan kesepakatan bersama.						
51.	Saya dapat menyiasati waktu sehingga saya dapat menyesuaikan segala sesuatu yang perlu saya lakukan.						
52.	Saya merasa bahwa saya telah banyak mengalami kemajuan dari waktu ke waktu.						
53.	Saya adalah seseorang yang aktif dalam menjalankan rencana-rencana yang telah saya tetapkan.						
54.	Saya iri dengan kehidupan yang dijalani oleh banyak orang.						
55.	Saya belum pernah mengalami berbagai macam hubungan yang hangat dan dapat dipercaya dengan orang lain.						
56.	Saya mengalami kesulitan untuk mengutarakan pendapat saya terhadap hal-hal yang kontroversial.						
57.	Saya merasa sibuk setiap hari, tetapi saya merasa puas karena saya dapat menjalani semuanya.						
58.	Saya tidak menyukai situasi baru yang mengharuskan saya untuk mengubah hal-hal yang sudah biasa saya lakukan sebelumnya.						
59.	Saya bukanlah orang yang menjalani hidup tanpa tujuan.						
60.	Sikap saya tentang diri saya sendiri tidak sepositif sikap kebanyakan orang tentang diri mereka.						
61.	Dalam hal pertemanan, saya sering merasa bahwa saya seperti orang asing yang sedang mencari teman.						
62.	Saya sering mengubah keputusan jika teman-teman atau keluarga saya tidak setuju.						
63.	Saya merasa frustrasi ketika berusaha untuk merencanakan kegiatan saya sehari-hari karena saya tidak pernah berhasil untuk melakukannya.						
64.	Menurut saya, hidup itu adalah sebuah proses berkesinambungan untuk belajar, berubah, dan tumbuh.						
65.	Saya kadang-kadang merasa seolah-olah telah melakukan semua hal yang harus saya lakukan dalam kehidupan.						

66.	Selama sehari-hari, saya bangun tidur dengan perasaan patah semangat memikirkan kehidupan yang telah saya jalani.						
67.	Saya tahu bahwa saya dapat mempercayai teman saya dan mereka pun tahu bahwa mereka dapat mempercayai saya.						
68.	Saya bukanlah tipe orang yang menyerah pada tekanan sosial yang membuat saya berpikir dan bertindak dengan cara tertentu.						
69.	Upaya saya untuk mencari jenis kegiatan dan hubungan yang sesuai dengan kebutuhan saya telah berhasil.						
70.	Saya menyukai cara pandang saya yang telah berubah dan dewasa selama bertahun-tahun.						
No.	Pernyataan	SS	S	AS	ATS	TS	STS
71.	Tujuan hidup saya telah menjadi salah satu sumber kepuasan saya dan tidak menjadikan saya frustrasi.						
72.	Masa lalu memiliki pasang surut, namun pada umumnya, saya tidak ingin mengubah hal ini.						
73.	Saya merasa sulit untuk benar-benar membuka diri ketika berbicara dengan orang lain.						
74.	Saya mengkhawatirkan tentang cara orang lain mengevaluasi pilihan-pilihan yang telah saya buat dalam hidup saya.						
75.	Saya mengalami kesulitan untuk mengatur hidup saya dengan cara yang memuaskan bagi saya.						
76.	Saya berhenti untuk melakukan peningkatan atau perubahan yang besar dalam hidup saya di masa lalu.						
77.	Saya merasa puas jika memikirkan pencapaian saya dalam hidup.						
78.	Ketika saya membandingkan diri saya dengan teman-teman, saya merasa baik-baik saja dengan diri saya sendiri.						
79.	Saya saling memberikan simpati terhadap masalah yang dimiliki bersama.						
80.	Saya menilai diri saya sendiri berdasarkan hal-hal yang saya anggap penting, bukan berdasarkan nilai-nilai yang orang lain anggap penting.						
81.	Ada benarnya juga pepatah yang mengatakan						

	bahwa nasi sudah menjadi bubur.						
82.	Saya tidak terlalu yakin bahwa hidup saya sudah memiliki arti.						
83.	Setiap orang mempunyai kelemahan masing-masing, tetapi tampaknya kelemahan saya lebih banyak dari yang sudah saya ceritakan.						

KUESIONER II

Selamat pagi/ siang/ sore

Saya adalah mahasiswa Psikologi Universitas Negeri Jakarta yang melakukan penelitian mengenai kesejahteraan psikologis. Berkaitan dengan hal tersebut, saya harap kesediaan Anda untuk menjadi responden dengan cara memilih jawaban pada setiap pernyataan yang tersedia sesuai dengan petunjuk yang ada. **Tidak ada jawaban benar atau salah.** Oleh karena itu, Anda di harapkan menjawab semua pernyataan dengan jujur. Data yang diberikan akan dijamin kerahasiaannya dan digunakan untuk penelitian. **Jawab semua pernyataan dengan teliti dan tidak ada pernyataan yang terlewat.**

Terima kasih atas perhatian dan bantuannya.

Nama(boleh inisial) :

Usia :

INSTRUKSI

Berikut ini adalah beberapa pernyataan tentang kesejahteraan psikologis. Bacalah setiap pernyataan dengan teliti dan tentukan seberapa tepat pernyataan tersebut menggambarkan kesejahteraan psikologis pada diri Anda. Jawablah sesuai dengan kenyataan yang ada.

Setiap pernyataan mempunyai empat (6) pilihan jawaban:

SS	Sangat Sesuai	Pilih SS jika Anda merasa bahwa pernyataan tersebut <u>sangat sesuai</u> menggambarkan diri Anda
S	Sesuai	Pilih S jika Anda merasa bahwa pernyataan tersebut <u>sesuai</u> menggambarkan diri Anda
AS	Agak Sesuai	Pilih AS jika Anda merasa bahwa pernyataan tersebut <u>agak sesuai</u> menggambarkan diri Anda
ATS	Agak Tidak Sesuai	Pilih ATS jika Anda merasa bahwa pernyataan tersebut <u>agak tidak sesuai</u> menggambarkan diri Anda
TS	Tidak Sesuai	Pilih AT jika Anda merasa bahwa pernyataan tersebut <u>tidak sesuai</u> menggambarkan diri Anda
STS	Sangat Tidak Sesuai	Pilih STS jika Anda merasa bahwa pernyataan tersebut <u>sangat tidak sesuai</u> menggambarkan diri Anda

KUESIONER COPING STRESS

Identitas Responden

1. No Responden : (di isi oleh Peneliti)
2. Nama Inisial :
3. Usia :
4. Jenis Kelamin : L/P

Bagian II

Bagian ini terdiri dari 22 pernyataan. Dalam kuesioner ini, Anda diminta untuk memberikan tanda centang (✓) di samping pernyataan sesuai dengan seberapa besar pernyataan itu mewakili diri Anda.

- **STS** berarti pernyataan tersebut “**sangat tidak sesuai**” dengan Anda
- **TS** berarti pernyataan tersebut “**tidak sesuai**” dengan Anda
- **S** berarti pernyataan tersebut “**sesuai**” dengan Anda
- **SS** berarti pernyataan tersebut “**sangat sesuai**” dengan Anda

NO	PERNYATAAN	STS	TS	S	SS
<i>PROBLEM FOCUSED COPING</i>					
1	Saya meminta nasihat orang tua sebelum masuk LAPAS				
2	Saya merokok saat saya menghadapi permasalahan				
3	Saya berusaha mencari tau tentang kehidupan di LAPAS dari teman-teman yang lain				
4	Saya mengikuti bimbingan di LAPAS				
5	Menurut saya LAPAS adalah tempat pembelajaran yang baik bagi saya				
6	Saya mengontrol stress saat di LAPAS dengan melakukan hal yang positif seperti olah raga atau membaca buku				

7	Saya melakukan diskusi dengan teman-teman di LAPAS untuk bertukar pikiran atau pengalaman				
8	Saya bersabar menghadapi hukuman saya di LAPAS				
9	Saya menjadi mudah marah-marah saat berada di LAPAS				
10	Saya menyusun rencana kehidupan setelah keluar dari LAPAS				
11	Saya berharap menjadi orang yang lebih baik saat keluar dari LAPAS				
12	Saya lebih berhati-hati dalam bertindak saat di LAPAS				
EMOTIONAL FOCUSED COPING					
13	Saya selalu membayangkan kehidupan jika saya tidak di LAPAS				
14	Saya menyalahkan diri saya sendiri				
15	Saya merasa biasa saja saat berada di LAPAS				
16	Saya tidak peduli dengan kehidupan di LAPAS				
17	Saya selalu menangisi diri saya sendiri				
18	Saya menganggap diri saya orang yang tidak berguna lagi				
19	Saya merasa tidak bersemangat berada di LAPAS				
20	Saya menyesal berada di LAPAS				
21	Saya menganggap ringan hukuman di LAPAS				
22	Saya ingin segera keluar dari LAPAS				